

حضرت آیة اللہ العظمیٰ کا دم شیرازی بیگم



پنج نکتہ مهم دربارہ ی

# خود ارضاء

سرمد آوری و تحقیق، ابو القاسم علیان نرائی، دامغانی

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# پنج نکته ی مهم درباره ی خودارضایی

نویسنده:

آیت الله العظمی ناصر مکارم شیرازی

ناشر چاپی:

کتبی نجفی

ناشر دیجیتال:

مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان

# فهرست

۵	فهرست
۸	پنج نکته ی مهم درباره ی خودارضایی
۸	مشخصات کتاب
۸	اشاره
۱۲	فهرست مطالب
۱۸	مقدمه
۲۲	فصل اول: حرمت استمناء
۲۲	اشاره
۲۳	دلیل اول: اجماع فقهاء
۲۷	دلیل دوم: آیاتی از قرآن مجید
۲۹	دلیل سوم: روایات معصومین علیهم السلام
۲۹	اشاره
۳۷	دو روایت مخالف!
۳۹	روش های جمع بین روایات مذکور
۴۱	اعمال مرجحات
۴۲	دلیل چهارم: دلیل عقل
۴۶	فصل دوم: ضررهاومفاسد خودارضایی
۴۶	اشاره
۴۷	ضررها و مفاسد
۵۲	فصل سوم: مصادیق استمناء
۵۲	اشاره
۵۵	دلیل های ما بر عمومیت
۵۷	ملاعبه ی با زوجه استثناست
۵۷	خودارضایی در زنان!

۶۰	فصل چهارم: مجازات خودارضایی
۶۰	اشاره
۶۴	دلّله ی تعزیر استمناء کننده
۶۸	فصل پنجم: طرق پیشگیری و راه حل ها
۶۸	اشاره
۶۹	پیشگیری مقدم بر درمان است
۷۰	راه حلّ اول: ازدواج
۷۰	اشاره
۷۱	معضلات ازدواج در عصر و زمان ما
۷۳	راه حلّ دوم: پرهیز از عوامل تحریک
۷۴	راه حل سوم: اجتناب از دوستان ناباب
۷۵	راه حلّ چهارم: اشتغال
۷۵	راه حلّ پنجم: مطالعه ی مداوم آثار سوء استمناء
۷۶	راه حلّ ششم: تقویت پایه های ایمان
۷۸	خاتمه
۷۸	اشاره
۷۹	نیروی جنسی و بلوغ
۸۱	ارتباط میان غدد جنسی و غدد درون ریز در ارگانسیم
۸۲	منع تولید نیروی جنسی
۸۴	بهره گیری از نیروی جنسی در ورزش
۸۵	نیروی جنسی و طول عمر
۸۶	نیروی جنسی و عقل
۸۷	خودارضایی و تخلیه ی نیروی جنسی
۸۸	رابطه ی جنسی غیر متعارف
۸۹	آیا خودارضایی عوارضی دارد؟
۸۹	خودارضایی و فرایند سالخوردگی

- ۹۱ ..... آثار خودارضایی بر مغز انسان
- ۹۳ ..... ارتباط مغز با مَنی
- ۹۴ ..... خودارضایی و دیوانگی
- ۹۵ ..... خودارضایی و ناتوانی جنسی
- ۹۵ ..... خودارضایی و انزال زودرس
- ۹۶ ..... خودارضایی و انزالهای شبانه
- ۹۷ ..... اخلاق جنسی نامشروع
- ۹۸ ..... خودارضایی و مواد مورد نیاز بدن
- ۱۰۰ ..... خودارضایی و ضعف پروستات
- ۱۰۰ ..... خودارضایی و فرزند ناسالم
- ۱۰۱ ..... خودارضایی و جُرم
- ۱۰۱ ..... خطرات خودارضایی در خانمها
- ۱۰۲ ..... چگونه می توان از خودارضایی دست کشید؟
- ۱۰۳ ..... سایر راههای جلوگیری
- ۱۰۵ ..... درباره مرکز

مشخصات کتاب

سرشناسه : علیان نژادی، ابوالقاسم، ۱۳۴۳ - ، گردآورنده

عنوان و نام پدیدآور : پنج نکته ی مهم درباره ی خودارضایی / گردآوری و تحقیق ابوالقاسم علیان نژادی دامغانی؛ [بر اساس دروس] مکارم شیرازی.

مشخصات نشر : قم: نجفی، ۱۳۹۱.

مشخصات ظاهری : ۹۵ ص.؛ ۱۱×۲۱/۵ س.م.

شابک : ۱۲۰۰۰ ریال: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۲۸۱-۸-۸

وضعیت فهرست نویسی : فاپا

یادداشت : پشت جلد به انگلیسی: Five important facts regarding masturbation.

یادداشت : کتابنامه به صورت زیرنویس.

موضوع : استمناء -- جنبه های مذهبی -- اسلام

موضوع : اخلاق جنسی جوانان

موضوع : انحراف جنسی

موضوع : اسلام و مسائل جنسی -- احادیث

شناسه افزوده : مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۰۵ -

رده بندی کنگره : BP۲۵۰/۵۵/ع۷۷پ۹ ۱۳۹۱

رده بندی دیویی : ۲۹۷/۶۳۲

شماره کتابشناسی ملی : ۲۶۲۹۳۲۳

ص: ۱

اشاره









## فهرست مطالب

مقدمه ۹

فصل اوّل

حرمت استمناء

دلیل اوّل: اجماع فقهاء ۱۴

دلیل دوّم: آیاتی از قرآن مجید ۱۸

دلیل سوم: روایات معصومین علیهم السلام ۲۰

دو روایت مخالف! ۲۸

روش های جمع بین روایات مذکور ۳۰

اعمال مرجّحات ۳۲

دلیل چهارم: دلیل عقل ۳۳

ص: ۶

## فصل دوّم

ضررها و مفسد خودارضایی

ضررها و مفسد ۳۸

## فصل سوّم

مصادیق استمناء

دلیل های ما بر عمومیت ۴۶

ملاعبه ی با زوجه استنناست ۴۸

خودارضایی در زنان! ۴۸

## فصل چهارم

مجازات خودارضایی

ادلّه ی تعزیر استمناء کننده ۵۵

## فصل پنجم

طرق پیشگیری و راه حل ها

پیشگیری مقدّم بر درمان است ۶۰

راه حلّ اوّل: ازدواج ۶۱

معضلات ازدواج در عصر و زمان ما ۶۲

راه حلّ دوم: پرهیز از عوامل تحریک ۶۴

راه حل سوم: اجتناب از دوستان ناباب ۶۵

راه حلّ چهارم: اشتغال ۶۶

راه حلّ پنجم: مطالعه ی مداوم آثار سوء استمناء ۶۶

راه حلّ ششم: تقویت پایه های ایمان ۶۷

نیروی جنسی و بلوغ ۶۹

ارتباط میان غدد جنسی و غدد درون ریز ۷۱

منبع تولید نیروی جنسی ۷۲

بهره گیری از نیروی جنسی در ورزش ۷۴

نیروی جنسی و طول عمر ۷۵

نیروی جنسی و عقل ۷۶

خودارضایی و تخلیه نیروی جنسی ۷۷

رابطه جنسی غیر متعارف ۷۸

آیا خودارضایی عوارضی دارد؟ ۷۹

خودارضایی و فرایند سالخوردگی ۷۹

آثار خودارضایی بر مغز انسان ۸۱

ارتباط مغز با منی ۸۳

خودارضایی و دیوانگی ۸۴

خودارضایی و ناتوانی جنسی ۸۵

خودارضایی و انزال زودرس ۸۵

خودارضایی و انزالهای شبانه ۸۶

اخلاق جنسی نامشروع ۸۷

خودارضایی و مواد مورد نیاز بدن ۸۸

خودارضایی و ضعف پروستات ۹۰

خودارضایی و فرزند ناسالم ۹۰

خودارضایی و جرم ۹۱

خطرات خودارضایی در خانمها ۹۱

چگونه می توان از خودارضایی دست کشید؟ ۹۲

سایر راههای جلوگیری ۹۳



یکی از خصوصیات و ویژگی های درس خارج فقه حضرت آیت الله العظمی مکارم شیرازی مدظله، که آن را از دیگر دروس مشابه متمایز می کند، پرداختن به مسایل و معضلات و شبهات جامعه در ضمن مباحث علمی تخصصی است.

مثلاً هنگامی که در بحث ازدواج، به ازدواج مسلمانان با غیر مسلمانان، مخصوصاً پیروان زردشت، رسیدند با توجه به وجود زردشتیان در بعضی از مناطق کشور به شرح کافی پیرامون این آیین و نحوه ی ارتباط مسلمانان با آنها پرداختند. یا هنگامی که در مبحث دیات به دیه ی ولد الزنا رسیدند، در مورد همه ی مباحث مربوط به این موضوع از جمله برخی از محرومیت هایی که فرزند نامشروع دارد بحث کردند. و نمونه های دیگری که نیاز به ذکر همه آنها نیست.

در بحث حج نیز هنگامی که به بحث استمناء، که یکی از محرمات احرام است، رسیدند با توجه به ابتلای برخی از جوانان به این کار بسیار زشت و گناه بزرگ، جلساتی چند را به بیان و تشریح ابعاد مختلف آن پرداختند. تا از این طریق هم خانواده ها را متوجه خطری که در کمین جوانانشان می باشد کرده باشند، و هم ابعاد مختلف این گناه بزرگ را برای جوانان تشریح نمایند، و هم ضررها و آثار شوم آن را به آنها گوشزد کنند، و هم راهکارها و طرق رهایی و خلاص شدن از آن را به مبتلایان آن تعلیم دهند.

با عنایت به این که این مباحث صرفاً یک بحث علمی نبود، بلکه جنبه ی کاربردی نیز داشت، بصورت مستقل در اختیار شما خوانندگان محترم قرار گرفت، تا اگر خدای ناکرده در اطرافیان شما فردی مبتلا به خودارضایی است، بتوانید با آگاهی بیشتر به کمک شتافته و او را نجات دهید.

این کتاب در پنج فصل تقدیم شما خوانندگان محترم می شود :

۱ - اصل حرمت استمناء و خودارضایی با چهار دلیل محکم و غیرقابل انکار.

۲ - معنای استمناء و مصادیق آن.

۳ - ضررها و مفسد متعدد خودارضایی.

۴ - مجازات آن.

۵ - راهکارهای پیشگیری از خودارضایی.

از خداوند بزرگ عاقلانه می خواهیم که این خدمت ناچیز را به لطف و کرمش قبول فرماید و ذخیره ی یوم المعاد قرار دهد. که او یقبل الیسیر است و پاداش های بزرگی می دهد.

ابوالقاسم علیان نژادی دامغانی

حوزه علمیه قم

۱/۸/۱۳۹۰ مصادف با ۲۵ ذی الحجّه ۱۴۳۲

روز دحو الارض



ص: ۱۳

فصل اول: حرمت استمناء

اشاره

در عصر و زمان ما برخی از دانشمندان کم اطلاع و کسانی که فریفته ی فرهنگ فاسد غرب شده اند، به تبعیت از غربی ها، خودارضایی را یک امر طبیعی دانسته و آن را جایز شمرده اند! (۱) در

حالی که حرمت آن به ادله ی اربعه (قرآن، حدیث، عقل و اجماع) ثابت است. برای روشن شدن بطلان عقیده ی مذکور، ادله ی چهارگانه را مورد بررسی قرار می دهیم:

### دلیل اول: اجماع فقهاء

بسیاری از علمای شیعه نسبت به حرمت استمناء ادعای اجماع کرده اند، و هیچ مخالفی از فقهای شیعه در این مسأله وجود ندارد. هرچند

---

۱- شرح این مطلب را در کتاب فتنه ی نفس، ص ۵۸، و کتاب دنیای نوجوان، ص ۲۲۸ به بعد ملاحظه بفرمایید.

برخی از علمای اهل سنت آن را حرام نمی دانند (۱).

به نمونه هایی از کلمات فقها توجه فرمایید :

۱ - علامه حلی (۲)، آن فقیه بزرگ و کم نظیر،

می فرماید :

«یحرم الاستمناء بالید عند علمائنا و هو قول اکثر اهل العلم...، و حکى ابن المنذر عن عمرو بن دينار انه رخص فيه و به قال احمد بن حنبل؛ (۳)

خودارضایی به وسیله ی دست به نظر تمام علما و دانشمندان شیعه حرام است. و این نظریه ی اکثر علما و فقهای اهل سنت است... البتّه ابن منذر - از فقهای اهل سنت - از عمرو بن دینار (که یکی از فقهای گمنام اهل سنت است) نقل کرده که وی آن را جایز شمرده، و احمد بن حنبل نیز آن را پذیرفته است».

۲ - نویسنده ی کتاب ریاض المسایل (۴)

۱- الحاوی الکبیر، ج ۹، ص ۳۲۰.

۲- شیخ حسن بن یوسف بن مطهر الحلی، مشهور به علامه ی حلی، از فقهای نامدار شیعه در قرن هفتم محسوب می شود. وی در ماه مبارک رمضان سال ۶۴۸ هـ.ق در شهر حله لبنان به دنیا آمد، و در سنّ هفتاد و هشت سالگی، یعنی در سال ۷۲۶ هـ.ق به ملاقات پروردگارش شتافت. او خدمات شایانی به مکتب اهل البیت کرد؛ از جمله شاگردان فراوانی تربیت نمود، به گونه ای که ۵۰۰ نفر مجتهد در درس وی شرکت می کردند.

۳- تذکره الفقهاء، ج ۲، ص ۵۷۷.

۴- میر سید علی بن السید محمد بن ابی المعالی الصغیر بن ابی المعالی الکبیر الطباطبائی، کتاب «ریاض المسائل و حیاض الدلائل» را بهرشته ی تحریر در آورد. این فقیه بزرگ در سال ۱۱۶۱ هـ.ق در کاظمیه عراق به دنیا آمد، و در سال ۱۲۳۱ هـ.ق در سنّ هفتاد سالگی در همان شهر ندای حق را لبیک گفت.

می گوید: «و من استمنى ای استدعی اخراج المنی بیده او بشیء من اعضائه او اعضاء غیره سوی الزوجه و الامه المحلله عزّ ربما یراه الامام و الحاکم لفعله المحرم اجماعاً (۱)؛ و هر شخصی با

دست یا دیگر اعضای بدنش یا اعضای بدن غیر از همسرش کاری کند که منتهی به خروج منی گردد حاکم شرع او را تعزیر می کند؛ زیرا به اجماع علماء و دانشمندان مرتکب کار حرامی شده است».

۳- فقیه پر توان و برجسته، آقای نجفی (۲)،

نویسنده ی کتاب ارزشمند جواهر الکلام در یک جمله ی کوتاه می گوید:

«للاتفاق ظاهراً علی الحرمة المستفاده مما عرفت و من قوله تعالی... (۳)؛ زیرا ظاهراً فقها

اجماع بر حرمت استمناء دارند و این حرمت از روایاتی که (در کلام صاحب جواهر) گذشت و

۱- ریاض المسایل، ج ۲، ص ۵۰۰.

۲- محمّد بن حسن بن الشیخ عبد الرحیم بن آغا محمد الصغیر بن عبدالرحیم الشریف الکبیر، معروف به صاحب جواهر، از فقهای ژرف اندیش و نکته سنج و عمیق شیعه است، که یکی از مفضل ترین کتب فقهی استدلالی شیعه را به رشته ی تحریر درآورده است. ولادتش را آغاز قرن سیزدهم، و وفاتش را ماه شعبان سال ۱۲۶۶ هـ.ق ذکر کرده اند.

۳- جواهر الکلام، ج ۴۱، ص ۶۴۸.



برخی از آیات قرآن استفاده می شود».

۴ - سید ابو المکارم ابن زهره (۱) در کتاب غنیه

النزوع می فرماید :

«ان التعزیر یجب بفعل القبیح و الاخلال بالواجب الذی لم یرد الشارع بتوظیف حد علیه... و یعزر من استمنى بیده... کل ذلك بدلیل اجماع الطائفه؛ (۲) انجام هر کار زشت و ترک

هر کار واجبی که مجازات خاصی برای آن بیان نشده تعزیر دارد... و کسی که مبتلی به استمناء با دست شده تعزیر می شود... همه ی این ها به اجماع علمای شیعه ثابت شده است».

۵ - ماوردی (۳) از فقهای اهل سنت می گوید :

«فما الاستمناء بالید و هو استدعاء المنی بالید فهو محظور، و قد حکى الشافعی عن بعض الفقهاء اباحته... و هو خطأ (۴) ؛ و اما استمناء با

۱- حمزه بن علی بن زهره الحسینی الاسحاقی الحلی از فقهای قرن ششم، آثار متعددی از خود به جا گذاشته است. وی در سال ۵۱۱ هـ - قمتولد شد، و در سال ۵۸۵ هـ - ق از دنیا رفت.

۲- الجوامع الفقهیه، ص ۵۶۲.

۳- ابوالحسن علی بن محمد بن حبیب الماوردی البصری در سال ۳۶۴ هـ - ق به دنیا آمد و در سال ۴۵۰ هـ - ق از دنیا رفت. وی کتاب مفصّلی در فقه شافعی نوشته، که در حقیقت شرح کتاب مختصر المزنی است. این کتاب به قلم یکی از شاگردان شافعی به نام اسماعیل بن یحیی بن اسماعیل بن عمرو بن مسلم المزنی به رشته ی تحریر درآمده است.

۴- الحاوی الکبیر، ج ۹، ص ۳۲۰.

دست که عبارت است از طلب انزال منی با دست، حرام است. ولی شافعی از برخی فقها نقل کرده که مباح است... اما این نظریه صحیح نیست».

نتیجه این که خودارضایی به اتفاق تمام فقهای شیعه و اکثریت علمای اهل سنت حرام است. البته اجماع با وجود مدارک دیگر، دلیل مستقلاً محسوب نمی شود، ولی سایر ادله، را که خواهد آمد، تأیید می کند.

### دلیل دوم: آیاتی از قرآن مجید

قرآن در دو مورد به حرمت استمناء اشاره کرده است :

۱ - آیات پنجم تا هفتم سوره ی مؤمنون، که خداوند متعال در آن آیات می فرماید :

«وَالَّذِينَ هُمْ لِأُزْوَاجِهِمْ حَافِظُونَ \* إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ \* فَمَنِ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ؛ و آنها که دامان خود را حفظ می کنند؛ جز در مورد همسران و کنیزانشان، که در بهره گیری از آنان ملامت نمی شوند؛ و کسانی که جز این را طلب کنند، تجاوزگرند».

۲ - آیات ۲۹ تا ۳۱ سوره ی معارج، که دقیقاً

عین آیات پنجم تا هفتم سوره ی مؤمنون است.

چگونگی استدلال: تعبیر به «حفظ فروج» که در آیه ی اوّل آمده، عام است. یعنی هرگونه مناسبات و روابط جنسی را شامل می شود و از آن نهی می کند، مگر آنچه که استثناء شده، و آن مسایل جنسی مربوط به دو همسر است. ضمناً موضوع آیه تنها آمیزش جنسی نیست؛ بلکه هرگونه مسایل جنسی است، که طبیعتاً شامل استمناء هم می شود و آن را تحریم می کند.

سؤال: آیه ی شریفه صراحت در حرمت ندارد؛ چون کسانی که مناسبات جنسی غیر مجاز دارند را ملوم و مستحق سرزنش می داند و سرزنش به تنهایی دلالت بر حرمت ندارد.

جواب: این مطلب صحیح است، ولی ما حرمت را تنها از واژه ی مذکور استفاده نکرده ایم، بلکه جمله ی «أُولَئِكَ هُمُ الْعَادُونَ»، که مبتلایان به مسایل جنسی غیر مجاز را تجاوزکار و ظالم معرفی کرده، نیز شاهد خوبی بر حرمت است.

سؤال: اگر به اطلاق آیات مذکور استدلال شود لازمه اش این است که آمیزش باهمسر در حال حیض و نفاس هم جایز باشد. آیا چنین مطلبی را می پذیرید؟

جواب: منظور از استثناء مذکور استثناء فی الجمله است. اما موارد خاص، مانند آنچه که ذکر کردید، با دلیل خاص از عموم استثناء خارج می شود. نتیجه این که بدون شک آیات مذکور دلالت بر حرمت خودارضایی دارد و لذا بسیاری از علمای شیعه (۱) و

اهل سنت (۲) برای تحریم استمناء به این آیات

تمسک جسته اند.

### دلیل سوم: روایات معصومین علیهم السلام

#### اشاره

روایات فراوانی خودارضایی را تحریم می کند، که عمدتاً در جلد ۱۴ وسایل الشیعه، ابواب النکاح المحرم و جلد ۱۸ همان کتاب، ابواب نکاح البهائم آمده است. ضمناً توجه داشته باشید که هر چند تعدادی از این احادیث از نظر سند مشکل دارد، اما اولاً: برخی از آنها سند معتبری دارد. و ثانیاً: مجموع آنها متضافر است. و ثالثاً: این روایات

- 
- ۱- از جمله می توان به شهید ثانی در شرح لمعه، ج ۲، ص ۳۶۷، و مسالک الافهام، ج ۲، ص ۴۵۴، و صاحب جواهر در جواهر الکلام، ج ۴۱، ص ۶۴۸، و علامه ی حلی در تذکره الفقهاء، ج ۲، ص ۵۷۷، و صاحب ریاض در ریاض المسایل، ج ۲، ص ۵۰۰، و مرحوم مغنیه در کتاب فقها الامام جعفر الصادق علیه السلام، ج ۶، ص ۲۹۶، اشاره کرد.
  - ۲- از جمله می توان به محیی الدین بن شرف النووی در المجموع، ج ۲۱، ص ۳۱۸، و محمد بن حبيب الماوردی در الحاوی الکبیر، ج ۹، ص ۳۲۰، و نویسندگان الموسوعه الفقهيّه الكويتیه، در جلد ۴ کتاب مذکور، ص ۹۸، اشاره کرد.

قبول و عمل مشهور فقها قرار گرفته است. و لذا، ضعف سند روایات ضعیف السند جبران می شود. به این روایات توجه فرمایید :

۱. عمار بن موسی از امام صادق علیه السلام در مورد مردی که با حیوانی آمیزش کرده، یا مرتکب استمناء شده بود، چنین نقل کرده است :

«كُلُّ مَا أَنْزَلَ بِهِ الرَّجُلُ مَاءَهُ مِنْ هَذَا وَ شَبِيهِهُ فَهُوَ زِنَا (۱)؛ هر کاری از این قبیل و مانند آن، که

سبب شود انسان نطفه اش را خارج سازد، حکم زنا دارد و حرام است».

۲. امام صادق علیه السلام فرمود :

«إِنَّ أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْهِ السَّلَامُ أَتَى بِرَجُلٍ عَبَثٌ بِذِكْرِهِ فَضَرَبَ يَدَهُ حَيْثُ أَحْمَرَتْ ثُمَّ زَوَّجَهُ مِنْ بَيْتِ الْمَالِ (۲)؛ شخصی که خودارضایی کرده بود را

خدمت امیرمؤمنان علی علیه السلام آوردند (تا مجازاتش کند). حضرت به قدری بر دستش زد که سرخ شد. سپس از بودجه ی بیت المال مقدمات ازدواجش را فراهم کرد».

۳. شخصی از امام صادق علیه السلام پرسید:

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۶، ح ۱ و باب ۲۸، ح ۲.

۲- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۸، ح ۳ و ج ۱۸، ابواب نکاح البهائم، باب ۳، ح ۱.

«خَضَخَضَهُ» چه حکمی دارد؟ فَقَالَ: هِيَ مِنَ الْفَوَاحِشِ (۱)؛ امام فرمود: خودارضایی جزء کارهای

زشت محسوب می شود و حرام است.

«خَضَخَضَهُ» از ماده ی «خَضَّ» به معنای هر گونه تحریکی است. ولی در خصوص استمناء، که نوعی تحریک جنسی به شمار می رود، نیز استعمال شده است. و منظور از آن در این روایت، استمناء و خودارضایی است. ضمناً «فاحشه» در لغت عرب صفت فعل، و در فارسی وصف فاعل قرار می گیرد.

۴. ابوبصیر می گوید :

«سَمِعْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ يَقُولُ: ثَلَاثَةٌ لَا يُكَلِّمُهُمُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَلَا يَنْظُرُ إِلَيْهِمْ وَلَا يُرَكِّبُهُمْ وَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ؛ النَّاتِفُ شَيْبَهُ، وَ النَّاكِحُ نَفْسَهُ وَ الْمُنْكَوْحُ فِي دُبُرِهِ (۲)؛ شنیدم که امام صادق علیه السلام

می فرمود: خداوند در روز قیامت با سه گروه سخن نمی گوید و به آنها نظر رحمت نمی کند و آنان را پاکیزه نمی سازد و عذاب دردناکی در انتظار آنهاست: اول) کسی که محاسن خود را بکند. دوم) شخصی که مبتلی به خودارضایی شود. سوم)

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۸، ح ۵.

۲- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۸، ح ۷.

کسی که تن به لواط دهد».

این روایت به روشنی دلالت بر حرمت استمناء دارد.

۵. امام باقر علیه السلام فرمودند :

«إِنَّ عَلِيًّا عَلَيْهِ السَّلَامُ أُتِيَ بِرَجُلٍ عَبَثَ بِمَذْكَرِهِ حَتَّى أَنْزَلَ فَضْرَبَ يَدَهُ حَتَّى اخْمَرَتْ. قَالَ: وَلَا أَعْلَمُهُ إِلَّا قَالَ: وَزَوْجُهُ مِنْ بَيْتِ مَالِ الْمُسْلِمِينَ (۱)؛ شخصی که استمناء کرده بود را خدمت حضرت علی علیه السلام آوردند (تا او را مجازات کند) حضرت به قدری روی دستش زد تا سرخ شد. سپس با بودجه ی بیت المال همسری برایش انتخاب کرد».

سؤال: آیا این روایت، تکرار حدیث دوم، که طلحه بن زید همین داستان را از امام صادق علیه السلام نقل کرد، محسوب نمی شود، و در واقع یک روایت نیست؟

جواب: در صورتی هر دو روایت، یک روایت شمرده می شود که هم مضمون آن دو و هم راوی دو حدیث و هم شخصی که از او روایت شده یکی باشد.

در دو حدیث فوق هر چند مضمون هر دو روایت متحد است؛ اما راوی روایت اول طلحه بن

---

۱- . وسائل الشیعه، ج ۱۸، ابواب نکاح البهائم، باب ۳، ح ۲.

زید و راوی روایت دوم زراره و مروی عنه در حدیث اول امام صادق علیه السلام و در حدیث دوم امام باقر علیه السلام است. بنابراین، یک حدیث محسوب نمی شود. علاوه بر این که الفاظ دو روایت هم مقداری با هم متفاوت است.

۶. احمد بن محمد بن عیسی در کتاب نوادرش از پدرش چنین نقل کرده است :

«سُئِلَ الصَّادِقُ عَلَيْهِ السَّلَامُ عَنِ الْخَضِّ خَضَهُ، فَقَالَ: إِثْمٌ عَظِيمٌ قَدْ نَهَى اللَّهُ عَنْهُ فِي كِتَابِهِ وَفَاعِلُهُ كَنَاحِحِ نَفْسِهِ وَ لَوْ عَلِمْتَ بِمَا يَفْعَلُهُ مَا أَكَلْتَ مَعَهُ، فَقَالَ السَّائِلُ: فَبَيِّنْ لِي يَا ابْنَ رَسُولِ اللَّهِ مِنْ كِتَابِ اللَّهِ فِيهِ، فَقَالَ: قَوْلُ اللَّهِ: (فَمَنْ ابْتَغَى وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْعَادُونَ) وَ هُوَ مِمَّا وَرَاءَ ذَلِكَ (۱)؛ از

امام صادق علیه السلام در مورد استمناء سؤال شد. امام فرمود: گناه بزرگی است که خداوند متعال در قرآن مجید از آن نهی کرده است. و کسی که دست به این عمل زشت بزند مثل این است که با خودش آمیزش کرده است. و اگر می دانستی که چه کاری انجام می دهد با او هم غذا نمی شدی. سائل پرسید: کدام آیه ی قرآن دلالت بر حرمت استمناء دارد؟ امام فرمود: آنجا که خداوند فرمود: «کسانی

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۸، ابواب نکاح البهائم، باب ۳، ح ۴.



که جز این (استفاده های جنسی از همسرانشان) را طلب کنند، تجاوز کنند» و استمناء مصداق «ماوراء ذلک» در آیه ی شریفه است.»

۷. اسحاق بن عمّار می گوید از امام صادق علیه السلام پرسیدم :

«الزّنا شرٌّ أوْ شُرْبُ الخَمْرِ و کَیْفَ صارَ فی شُرْبِ الخَمْرِ ثمانونَ و فی الزّنا مائةٌ؟ فقال: یا اسحاق! الحَدُّ واحِدٌ وَلَکِنْ زیَدَ هذا لِتَضِیعِهِ النُّطْفَهَ وَ لِوَضْعِهِ اِیْها فی غَیْرِ مَوْضِعِهِ الَّذی اَمَرَهُ اللهُ بِهِ (۱)؛

آیا زنا بدتر است یا شرب خمر؟ چرا حدّ زنا یکصد ضربه تازیانه، و حدّ شرب خمر هشتاد تازیانه است؟ امام فرمود: حد در هر دو یکی است و بیست تازیانه اضافه در زنا، بخاطر آن است که زناکار نطفه را تَضِیع کرده، و آن را در جایی که خداوند متعال سفارش نموده قرار نداده است.»

چگونگی استدلال: اگر معیار بیست شلاق اضافه تَضِیع نطفه است، در استمناء هم این کار انجام می شود، پس حرام است. به تعبیر دیگر، هرچند در این حدیث سخنی از استمناء به میان نیامده، اما عموم علتی که در کلام امام آمده، شامل استمناء نیز می شود.

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۸، ح ۴.

۸-۹. حسین بن خالد از امام رضا علیه السلام و اسحاق بن عمّار به نقل از امام کاظم علیه السلام روایت زیرا را در مورد کسی که (نعوذ بالله) با حیوانی آمیزش کرده بود نقل کرده اند :

«اگر آن حیوان برای آمیزش کننده باشد باید ذبح گشته، و پس از ذبح لاشه ی آن سوزانده شده و از گوشت آن استفاده نگردد. و بیست و پنج ضربه ی شلاق، ۱۴ حدّ زنا، بر واطی جاری شود. و اگر حیوان متعلّق به دیگری است، قیمت آن از واطی گرفته و به صاحب حیوان پرداخته می شود، سپس حیوان ذبح گشته و لاشه اش سوزانده شده، و بیست و پنج ضربه تازیانه بر واطی جاری می شود. راوی می گوید: از امام پرسیدم: حیوان چه گناهی کرده که ذبح می شود و لاشه اش را می سوزانند؟ فرمود: «لَا ذَنْبَ لَهَا وَلَكِنَّ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ فَعَلَ هَذَا وَ أَمَرَ بِهِ لِكَيْلَا يَجْتَرِيَ النَّاسُ بِالْبَهَائِمِ وَ يَنْقَطِعَ النَّسْلُ (۱)؛

حیوان گناهی ندارد، ولی پیامبر گرامی اسلام ۶ این حکم را صادر نمود تا مردم جرئت این کار را نسبت به حیوانات نداشته باشند و نسل آنها قطع نشود».

در این دو روایت نیز هر چند تصریح به حرمت

---

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۸، ابواب نکاح البهائم، باب ۱، ح ۱.

استمناء نشده، ولی چون علت حرمت، انقطاع نسل که همان تضيیح نطفه است بیان شده، شامل استمناء هم می‌گردد. بنابراین، روایت فوق هم دلالت بر حرمت استمناء دارد.

۱۰. علی بن ریان نامه ای به امام هادی علیه السلام نوشت و پرسید :

«رَجُلٌ يَكُونُ مَعَ الْمَرْأَةِ لَا يُبَاشِرُهَا إِلَّا مِنْ وَرَائِ ثِيَابِهَا وَثِيَابُهُ فَيَتَحَرَّكُ حَتَّى يُنْزِلَ، مَا الَّذِي عَلَيْهِ وَهَلْ يَبْلُغُ بِهِ حَدُّ الْخُضْخُضَةِ؟ فَوَقَّعَ فِي الْكِتَابِ : ذَلِكَ بِالْبُغِ أَمْرَةٌ (۱)؛ مردی از روی لباس با زنی که

او هم لباس بر تن داشت ملاعبه کرد و بر اثر این کار تحریک شد و انزال صورت گرفت. چه حکمی دارد؟ آیا حکم استمناء در اینجا جاری می‌شود؟ امام در پاسخ علی بن ریان نوشت: آری، حکم استمناء دارد».

جمع بندی: همانطور که گفته شد هرچند برخی از روایات دهگانه از نظر سند ضعیف است؛ ولی با توجه به این که برخی دیگر از نظر سند معتبر است، به علاوه روایات در حدّ تضافر است، و علاوه بر همه ی اینها، فقها مطابق آن عمل کرده اند، ضعیف بودن آن چند روایت مشکلی

---

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب نکاح المحرم، باب ۳۰، ح ۱.

ایجاد نمی کند. و در هر حال، این روایات حرمت استمناء را ثابت می کند.

### دو روایت مخالف!

برخلاف ده روایت گذشته، دو روایت وجود دارد که ظاهراً استمناء را جایز شمرده است. به این دو روایت توجه فرمایید :

۱. حسین بن زراره از امام باقر علیه السلام پرسید :

«اگر مردی با آلت خود بازی کند تا چیزی از او خارج شود و انزال گردد، چه حکمی دارد؟»

امام فرمود: «لَا بَأْسَ بِهِ وَ لَمْ يَبْلُغْ بِه ذَاكَ شَيْئاً (۱)؛ اشکالی ندارد، و مجازاتی برای آن

نیست».

سند روایت : حسین بن زراره هرچند فرزند زراره ی معروف است، ولی در مورد خودش توثیقی دیده نمی شود. تنهایی چیزی

که درباره ی ایشان نقل شده دعای امام در حق اوست. (۲) ولی روشن است

که دعا به تنها دلیل بر وثاقت نیست؛ چون ائمه علیهم السلام برای انسان های ناصالح هم دعا می کردند تا هدایت شوند.

بنابراین، وثاقت حسین بن زراره

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۸، ابواب نکاح البهائم، باب ۳، ح ۳.

۲- . مستدرکات علم الرجال، ج ۲، ص ۳۸۸ و ج ۳، ص ۱۲۹.

ثابت نیست. ولی با توجه به این که ثعلبه بن میمون در عرض اوست و وی انسان موثق و معتبری است (۱)، عدم وثاقت حسین بن زراره

ضروری به سند حدیث نمی زند.

۲. زراره بن اعین می گوید :

«سَأَلْتُهُ عَنِ الدَّلْكِ؟ فَقَالَ: نَاكِحُ نَفْسِهِ لَا شَيْءَ عَلَيْهِ (۲)؛ از امام صادق علیه السلام پرسیدم: استمناء چه

حکمی دارد؟ فرمود: چیزی بر چنین کسی نیست»

سند حدیث : یکی از راویان حدیث اسماعیل بصری است، که شخص مجهول الحالی است.

در بعضی از کتاب های علم رجال، نظیر جامع الرواه (۳)، نامی از او برده نشده است. ولی آیت الله

خویی؛ در معجم رجال الحدیث نامش را ذکر کرده و معتقد است که او همان اسماعیل بن الفضل است که ثقه می باشد (۴).  
اما این مطلب

دلیل معتبری ندارد و لذا خود آقای خویی نیز او را توثیق نمی کند. بنابراین، روایت مذکور از نظر سند ضعیف است و اعتباری ندارد.

۱- مستدرکات علم الرجال، ج ۲، ص ۸۹، شماره ی ۲۳۶۲.

۲- وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۸، ح ۶.

۳- «جامع الرواه و ازاحه الاشتباهات عن الطرق و الاسناد» از کتاب های خوبی است که توسط علامه محمد بن علی الاردبیلی الغروی الحائری بهرشته تحریر در آمده و مورد توجه فقهاست.

۴- معجم رجال الحدیث، ج ۳، ص ۹۵، شماره ی ۱۲۶۵.

علاوه بر این که دلالتش هم اشکال دارد، زیرا روایت تصریح به صورت انزال ندارد، در حالی که بحث در جایی است که استمناء منتهی به خروج منی شود. خلاصه این که دو روایت مذکور، که ظاهراً دلالت بر عدم حرمت استمناء دارد، با روایات دهگانه ای که با صراحت استمناء را حرام می داند در تعارض است.

### روش های جمع بین روایات مذکور

در تعارض روایات ابتدا باید به سراغ جمع دلالتی برویم، و علما در اینجا پنج راه جمع ذکر کرده اند :

۱. روایات گروه دوم، که استمناء را تجویز می کند، حمل بر تقیّه می شود (۱). توضیح این که :

تقیّه بر دو قسم است. نخست تقیّه ای که در بحث مرجّحات مطرح است. و دوم تقیّه ای که در جمع دلالتی مورد استفاده قرار می گیرد. بنابراین، استمناء حرام است و روایات گروه دوم از روی تقیّه در برابر مخالفین صادر شده و حکم واقعی شرعی نیست.

و لکن این جمع اشکال دارد؛ زیرا حمل بر تقیّه در صورتی صحیح است که اکثریت فقهای اهل

---

۱- . وسائل الشیعه، ج ۱۸، ص ۵۷۵، ذیل حدیث ۳ و ج ۱۴، ص ۲۶۸، ذیل حدیث ۶.

سنت مطابق آن فتوی داده باشند، در حالی که چنین نیست. بلکه، همانگونه که گذشت، اکثریت آنان حکم به تحریم استمناء کرده اند.

۲. راه جمع دوم این است که دو روایت اخیر را حمل بر انکار کنیم (۱). یعنی پاسخ امام به راوی به

صورت استفهام انکاری است. به عبارت دیگر، در حقیقت امام علیه السلام در پاسخ راوی فرموده است: «ألیس به بأس؟ آیا این کار اشکالی ندارد؟» یعنی روشن است که این کار اشکال دارد و اساساً جای طرح این سؤال نیست. این راه جمع هم اشکال دارد؛ چون برخلاف ظاهر روایت است و تفسیر روایت برخلاف ظاهر آن، نیاز به دلیل و قرینه دارد، که در اینجا وجود ندارد.

۳. جمله ی «لا شیء علیه» یا «لا بأس به» در مقام نفی حدّ است نه افکار حرمت (۲). یعنی این

گناه حدّ مخصوص و معین همچون گناه زنا و شرب خمر ندارد، بلکه مجازات آن تعزیر است که مقدار آن توسط حاکم شرع تعیین می شود.

همان اشکالی که به راه جمع دوم وارد شد، عیناً در این جا هم صدق می کند.

۱- وسایل الشیعه، ج ۱۴، ص ۲۶۸، ذیل حدیث ۶.

۲- جواهر الکلام، ج ۴۱، ص ۶۴۸ و وسایل الشیعه، ج ۱۸، ص ۵۷۵.

۴. روایات گروه دوم را حمل کنیم بر کسی که جاهل به حرمت است (۱). یعنی این دو روایت

می گویند: «اگر کسی حکم شرعی استمناء را نداند و مرتکب آن شود، کار حرامی نکرده است». این راه جمع، بهتر از بقیه است؛ ولی همان مشکل جمع دوم و سوم را دارد، یعنی قرینه ای بر آن نیست.

۵. دو روایت اخیر را حمل کنیم بر جایی که به قصد خروج منی این کار را نکرده، بلکه به قصد استبراء بوده، یا مطمئن بوده منی خارج نمی شود، ولی ناگهان و بی اختیار خارج شده است (۲). این

توجیه بعید به نظر نمی رسد.

### اعمال مرجحات

اگر یک یا چند راه جمع، که گفته شد، را پذیرفتیم تعارض بین روایات حل می شود و روایات گروه اول بدون معارض دلالت بر حرمت استمناء می کند و گرنه باید به سراغ اعمال مرجحات برویم و بینیم حق با کدام گروه از روایات است.

اولین مرجح، شهرت است. هم شهرت فتوایی و

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ص ۲۶۸، ذیل حدیث ۶.

۲- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ص ۲۶۸، ذیل حدیث ۶.



هم شهرت روایی با گروه اول است. بلکه بالاتر از شهرت، اجماع فقهای شیعه نیز بر حرمت استمناء است. علاوه بر این که گروه اول، که خودارضایی را تحریم کرده، هماهنگ با آیات قرآن است و گروه دیگر، مخالف آیات سوره ی مؤمنون و معارج است. البته همه ی این بحث ها در صورتی است که دو روایت مخالف سند معتبری داشته باشد. در حالی که با اعراض مشهور، از حجیت می افتد و نوبت به تعارض نمی رسد.

نتیجه این که دو روایت معارض حجیت ندارد و روایات دهگانه ی گروه اول به روشنی دلالت بر حرمت استمناء می کند.

### دلیل چهارم: دلیل عقل

چهارمین دلیل ما بر حرمت خودارضایی، دلیل عقل است. هر عقل سالمی ضرر رساندن به خویشتن را قبیح و زشت می داند؛ بلکه بعضی دفع ضرر محتمل را هم لازم می دانند. و با توجه به ضررهای متعدد استمناء، عقل حکم به قبح و زشتی و حرمت آن می کند. ضررهایی که گاه تا سر حدّ هلاکت و مرگ پیش می رود. بنابراین، استمناء به حکم عقل نیز حرام است.

سؤال: چرا در استمناء ضررها و مفساد به سرعت دامنگیر مبتلایان به آن می شود؟

جواب: از آنجا که اسباب این عمل زشت همواره در اختیار انسان است و براحتی می تواند مقدمات آن را مهیا کرده و دست به این کار بزند، بزودی تبدیل به عادت می شود. و لذا عرب ها به آن «العاده السریه» گفته اند. البته همیشه هم سرّی و مخفی نیست. چون ممکن است با نگاه کردن به یک فیلم نامناسب، یا زن بد حجاب و بد پوشش، یا شنیدن موسیقی حرام یا الفاظ زشت و خاص و مانند آن حاصل شود. به هر حال با توجه به این که اسباب و مقدمات آن در همه جا و به راحتی در اختیار است، تبدیل به عادت می شود. و هنگامی که عادت شد، ضررها و خطرات فراوانی به وجود می آورد که شرح آن خواهد آمد.

سؤال: برخی از پزشکان (۱) معتقدند اگر این کار با

فواصل زمانی زیاد صورت بگیرد ضرری ندارد. چرا نظریه ی این پزشکان را مورد توجه قرار نمی دهید؟

جواب: احکام شرع، حتی قوانین عرفی، تابع مصادیق خاص نیست؛ بلکه ناظر بر مجموع

مکلفین من حیث المجموع است. مثلاً شراب به خاطر آثار سوئی که دارد و باعث زوال عقل می گردد و در تمام بدن، از سر تا به پا، اثر منفی می گذارد و حتی در نسل آینده مصرف کننده ی آن نیز بی اثر نیست (۱)، برای همه تحریم شده است،

حتی اگر در موردی هیچ یک از این آثار نباشد؛ مثل این که شخصی تنها یکی دو قطره از آن بنوشد. زیرا اگر راه برای این استثناءها باز شود، سوء استفاده های زیادی صورت خواهد گرفت. لذا، قانون گذار برای جلوگیری از سوء استفاده ها به صورت عام حکم می کند.

در مثال دیگر، رباخواری مفسد فراوانی دارد، از جمله این که مردم را از تلاش های اقتصادی سازنده باز می دارد، و نوعی ظلم محسوب می شود، و عواطف انسانی را تضعیف می کند. (۲)

اما اگر شخصی هزار تومان بدهد و پس از یک هفته هزار و صد تومان بگیرد ممکن است آن مفسد را نداشته باشد، ولی خداوند در اینجا هم

۱- زیان های نوشابه های الکلی اعم از زیان های اخلاقی، اقتصادی، اجتماعی آن را در تفسیر نمونه، جلد دوم، ص ۷۴ به بعد، ذیل آیه یشریفه ی ۲۱۹ سوره ی بقره مطالعه فرمایید.

۲- شرح بیشتر در مورد مفسد ربا را در کتاب «ربا و بانکداری اسلامی» ص ۳۲ به بعد نوشته ایم.

رباخواری را تحریم کرده، تا قانون سست نشود و سوء استفاده گران، سوء استفاده نکنند.

در بحث خودارضایی هم هر چند ممکن است این کار با فواصل زمانی زیاد ضررهای مهم استمناء را نداشته باشد، ولی خداوند همچون سایر احکام و قوانین، حکم به تحریم آن به طور مطلق و عام کرده، تا راه سوء استفاده ها را ببندد و از سست شدن این قانون الهی جلوگیری به عمل آورد.

خلاصه این که طبق آنچه که از قرآن و روایات و دلیل عقل و اجماع استفاده شد، استمناء و خودارضایی حرام است و ضررها و مفسد فراوانی دارد که در فصل بعد به آن خواهیم پرداخت.

فصل دوم: ضررها و مفاسد خودارضایی

اشاره

**ضررها و مفاسد**

استمناء ضررها و مفاسد فراوانی دارد، که شرح آن را در کتاب مشکلات جنسی جوانان نوشته ایم و خلاصه ی آن را در اینجا می آوریم:

۱- این کار زشت و ناپسند منشأ انواع بیماری ها می شود. ضعیف شدن حافظه، سوء هاضمه، تنگی نفس، بداخلاقی، عصبانیت، مالیخولیا، کم خونی، ضایع شدن قدرت های جسمی و روحی از جمله بیماری هایی است که دامنگیر چنین انسانی می شود. علاوه بر این ها، سرگیجه، لاغری، سستی قوای مختلف بدن، کمر درد، ایجاد صدای وزوز در گوش، و تأثیر منفی در قوای بینایی و شنوایی و چشایی و بویایی و لامسه و کم شدن مقاومت بدن در برابر بیماری ها و فلج شدن، از دیگر عوارضی است که به شهادت جمعی از

پزشکان در انتظار مبتلایان به خودارضایی است.

۲ - دومین ضرر و مفسده‌ی استمناء، میل به عزلت و گوشه‌گیری است. از آنجا که غالباً این عمل زشت در خفا و پنهانی انجام می‌شود، مبتلایان به آن دوست ندارند تنها باشند و این کار به تدریج باعث انزوای آنها از جامعه می‌گردد. و این حالت، یکی از عوامل مهم افسردگی است.

۳ - یکی دیگر از ضررهای این کار، ایجاد مشکلات متعدّد برای ازدواج آینده مبتلایان به آن است. این افراد اگر این کار زشت و گناه بزرگ را ترک نکنند ازدواج موفق‌ی نخواهند داشت. چون مبتلی به سرد مزاجی یا سرعت انزال و امثال آن شده، و گاه علاقه به جنس مخالف را از دست می‌دهند.

۴ - مشکل چهارم خودارضایی، که زاییده‌ی همان مشکلات سه‌گانه‌ی سابق است، عقب افتادگی در دروس و فعالیت‌های علمی است. افراد زیادی بودند که قبل از ابتلای به استمناء، شاگرد اوّل کلاس خویش محسوب می‌شدند، ولی بعد از آلوده شدن به آن نه تنها شاگرد اوّلی را از دست داده، که با تجدید قبول شده‌اند! و گاه حتّی میل به درس خواندن را از دست داده، و به دنبال آن یأس

و ناامیدی به سراغ آنها آمده و حتی رفوزه شده اند! (۱)

بنابراین، خودارضایی ضررها و مفسد فراوانی دارد. و لذا، عقل حکم به قبح و زشتی آن می کند و هرآنچه عقل آن را زشت و ناپسند بداند، شرع آن را تحریم می کند.

ذکر این نکته نیز لازم است که آنچه در مورد مفسد و ضررهای خودارضایی گفته شد جنبه ی حکمت دارد، نه علت. بنابراین استمناء مطلقاً حرام است؛ حتی اگر در جایی - بر فرض - که این ضررها وجود نداشته باشد.

سؤال: با توجه به ضررها و مفسد فراوان استمناء، اگر مبتلایان به آن پس از اطلاع از این ضررها و خطرات، توبه کرده و آن را ترک نمایند، آیا آثار آن برطرف می شود؟

جواب: بله، تدریجاً برطرف می شود. همانگونه که در سایر اعتیادها، نظیر اعتیاد به مواد مخدر، در صورتی که با عزم راسخ و تصمیم جدی آن را ترک نمایند، آثار و پیامدهای منفی آن به تدریج برطرف

۱- شرح بیشتر ضررهای خودارضایی را در کتاب مشکلات جنسی جوانان و کتاب فتنه ی نفس، و کتاب دنیای نوجوان، صفحه ی ۱۷۸ به بعد و کتاب خانواده و مسائل جنسی کودکان، صفحه ی ۱۳۷ به بعد مطالعه فرمایید.



می گردد؛ مخصوصاً در سن جوانی زودتر و سریع تر مرتفع می شود. بنابراین، مبتلایان به خودارضایی هرچه زودتر از خواب غفلت بیدار شوند و بر خداوند توکل کنند و دست از این کار زشت بکشند و مطمئن باشند که آثار شوم آن تدریجاً از بین می رود.



ص: ٤٣

فصل سوّم: مصاديق استثناء

اشاره

سؤال: آیا استمناء اختصاص به جایی دارد که آن کار با دست صورت گیرد، یا هر کاری که منتهی به خروج منی شود استمناءست، هر چند بدون دخالت دست باشد؟

جواب: ممکن است تصوّر شود دست خصوصیت دارد، چون در برخی از روایت عنوان «ید» و «دلک» آمده بود. ولی از مجموع روایات استفاده می شود که دست خصوصیتی ندارد. بنابراین، تمام مصادیق هفتگانه ای که ذیلاً می آید استمناء محسوب می شود و حرام است:

۱. هر کاری که توسط قوه ی لامسه صورت پذیرد، چه با دست باشد، یا به شکل مالش صورت پذیرد، یا به صورت تفخیز انجام گیرد و منتهی به انزال شود، استمناء محسوب می شود.

۲. هر کاری که توسط حسّ بینایی صورت گیرد

و منتهی به خروج منی شود، استمناء به شمار می رود. مثل این که به تصاویر یا فیلم های مستهجن یا زنان بدحجاب و بی حجاب نگاه کند و انزال صورت پذیرد.

۳. آنچه که از راه تکلم و سخن گفتن رخ می دهد. مثلاً اگر با جنس مخالف صحبت کند، یا صحنه های تحریک کننده ی یک فیلم یا داستان جنسی را بیان نماید، یا جک های جنسی بگوید و این کار باعث خروج منی شود، مرتکب خودارضایی شده است.

۴. آنچه که از طریق حسّ شنوایی صورت می پذیرد. بنابراین، اگر به قصد انزال آنقدر موسیقی حرام بشنود یا پای سخن جنس مخالف بنشیند تا آن حالت دست دهد، دست به خودارضایی زده است.

۵. از طریق بوییدن بعضی از عطرها و گلهای، مثل بوی گل سنجد در بهار، نیز ممکن است انزال صورت گیرد. بنابراین، اگر شخصی به قصد انزال چنین عطرها و گلهایی را ببوید و آن حالت صورت پذیرد مرتکب کار حرامی شده است.

۶. گاه ممکن است تنها از طریق تفکر و اندیشیدن به مسایل تحریک کننده، مانند

نمونه هایی که در پنج بند بالا- گفته شد، و بدون کمک گرفتن از حسیّهای پنج گانه انزال صورت گیرد. این کار هم خودارضایی محسوب می شود و حرام است

۷. ترکیبی از مصادیق شش گانه ی بالا، مثل این که در سفر است با همسرش تلفنی حرف می زند و همزمان یکی از کارهای شش گانه بالا را نیز انجام می دهد و این دو باهم موجب انزال می گردد. این هم استمناء محسوب شده و حرام است.

نتیجه این که استمناء اختصاص به دست و قوّه ی لامسه ندارد، بلکه دارای مصادیق هفت گانه ی فوق است، و آثار زیانبار همه ی اینها یکسان می باشد.

### دلیل های ما بر عمومیت

سه دلیل بر عمومیت می توان اقامه کرد :

اول - روایت عمّار بن موسی که از امام صادق علیه السلام در مورد مردی پرسیده بود که مرتکب عمل زشت آمیزش با حیوان یا استمناء شده بود، و امام فرمودند :

كُلُّ مَا أَنْزَلَ بِهِ الرَّجُلُ مَائَهُ مِنْ هَذَا وَ شَبَّهَ فَهُوَ

زنا (۱)؛ هر چیزی، اعم از آنچه ذکر کردید یا مشابه

آن، که باعث انزال شود در حکم زنا و حرام است.

طبق این روایت، دست خصوصیتی ندارد؛ بلکه هر چیزی که سبب انزال شود استمناء و حرام است.

دوم - الغاء خصوصیت عرفیه؛ یعنی روایات دهگانه ی مربوط به حرمت استمناء را به دست هر عرفی بدهیم می گوید: «هدف اخراج منی به هر شکلی است و دست در این مسأله خصوصیت ندارد». و اگر در بعضی از روایات خصوص دست ذکر شده، شاید به خاطر آن است که این نوع استمناء رواج بیشتری نسبت به سایر اقسام آن دارد، و گرنه خودارضایی منحصر در آن نیست.

سوم - روایاتی که دلالت بر حرمت تضييع نطفه و انقطاع نسل داشت، مانند روایت اسحاق بن عمار (۲) و حدیث حسین بن خالد (۳)، نیز دلالت بر

عمومیت دارد. چون معیار را تضييع نطفه می داند؛ چه با دست باشد، یا چیز دیگر.

نتیجه این که استمناء اختصاص به دست ندارد؛

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۶، ح ۱.

۲- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۸، ح ۴.

۳- . وسایل الشیعه، ج ۱۸، ابواب نکاح البهائم، باب ۱، ح ۱.

بلکه هر کار و حتی فکری که باعث خروج منی شود خودارضایی محسوب شده و حرام است.

### ملاعبه ی با زوجه استثناست

هر چند ادله ی سه گانه ی فوق عام است و هر کاری که باعث انزال گردد را شامل می شود، اما ملاعبه ی با زوجه استثناست. یعنی اگر زوج با زوجه (یا بالعکس) کاری کند که منتهی به انزال گردد حرام نیست و دلیل آن روایات متعددی است که در مورد ملاعبه ی با زوجه در وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب مقدمات النکاح، باب ۵۷ وارد شده، و هیچ کدام مقید به عدم انزال نگشته است. اگر ملاعبه منتهی به انزال با زوجه حرام بود باید در این روایات بیان می شد. بنابراین، اگر انزال در اثر ملاعبه با زوجه صورت پذیرد، استثناست و حرام نمی باشد.

### خودارضایی در زنان!

برخی معتقدند استمناء اختصاص به مردان دارد و در زنان ممکن نیست. ولی این عقیده اشتباه است و خودارضایی همانگونه که در مورد مردان ممکن است در مورد زنان هم تصور می شود، همانطور که خودشان اعتراف دارند.



سرچشمه این بحث، بحث احتلام زنان است، که آیا زنان همچون مردان محتلم می شوند و باید غسل جنابت کنند، یا احتلام اختصاص به مردان دارد؟

استاد ما مرحوم آیت الله حکیم در مستمسک العروه الوثقی (۱) در این مورد به طور فشرده بحث

کرده و معتقد است که زن هم به اجماع فقهای شیعه محتلم می شود و در صورت احتلام باید غسل جنابت کند. بلکه همه ی فقهای اسلام اعم از شیعه و اهل سنت این مطلب را پذیرفته و روایات متواتری نیز وجود دارد. بنابراین، شکی در احتلام زنان و امکان استمناء در مورد آنها نیست.

البته انزال آنان با مردان متفاوت است. آن رطوبت در مردان جهندگی دارد، ولی در زنان چنین نیست؛ بلکه اگر کاری کنند یا فکری نمایند که به اوج لذت جنسی برسند و همزمان با آن، رطوبتی از آنها خارج شود مرتکب خودارضایی شده اند. و این حالت غالباً همراه با فتور جسمانی و سستی بدن در آنهاست.

نتیجه این که خودارضایی در مورد زنان هم تصوّر می شود.



فصل چهارم: مجازات خودارضایی

اشاره

استمناء همچون زنا و لواط حدّ شرعی ندارد؛ اما تعزیر دارد و ظاهراً مسئله ی تعزیر در خودارضایی مورد قبول فقهاست. هر چند ادّعی اجماعی در این زمینه، جز از ابن زهره، نیافتیم، اما فقیهانی که مجازات آن را تعزیر دانسته اند فراوانند. به چند نمونه ی آن توجه فرمایید:

۱. مرحوم علامه می فرماید:

«من استمنی بیده حتی انزل عزر بما یراه الحاکم و روی ان علیا ضرب یده حتی احمر فزوجه من بیت المال و لیس ذلک لازماً بل هو خاص بتلك القضية لمصلحه (۱)؛ کسی که با دست خود استمناء

کند تا آنجا که منتهی به انزال شود حاکم شرع او را تعزیر می کند. و روایت شده که حضرت علی علیه السلام بر دست چنین کسی به مقداری تازیانه زد که سرخ

---

۱- .تحریر الاحکام، ج ۲، ص ۲۲۶.

شد، سپس از بیت المال همسری برایش فراهم کرد. البتّه این کار واجب نیست، بلکه به خاطر مصلحتی اختصاص به همان مورد داشته است».

سؤال: آیا کلام اخیر علامه، که تزویج از بیت المال واجب نیست، مطلب صحیحی است؟

جواب: به نظر قاصرما این سخن صحیح نیست؛ چون آنچه امام علیه السلام انجام داد به عنوان نهی از منکر و جلوگیری از تکرار آن گناه زشت بود و نهی از منکر اختصاص به مورد خاصّی ندارد؛ بلکه در تمام موارد مشابه باید انجام گیرد.

۲. صاحب جواهر الکلام می گوید :

«من استمنى بیده او بغیرها من اعضائه عزرا لانه فعل محرماً کبیراً... و تقدیره کغیره من افراد التعزیر منوط بنظر الامام (۱)؛ کسی که با دست یا

بقیه ی اعضایش استمناء کند تعزیر می شود. چون مرتکب کار حرام، بلکه یکی از گناهان کبیره شده است... و مقدار آن، همچون بقیه ی تعزیرات، بستگی به نظر حاکم شرع دارد».

۳. نویسنده ی کشف اللثام نیز در عبارتی کوتاه چنین فرموده است :

«من استمنى بیده او عضو آخر من اعضائه

فعل کبیره... و عزز بما یراه الامام» (۱).

۴. شهید ثانی در شرح لمعه می گوید:

«و هو حرام یوجب التعزیر بما یراه الحاکم (۲)؛

استمناء حرام است و به مقداری که حاکم شرع صلاح بداند تعزیر دارد».

۵. ابن زهره در کتاب غنیه النزوع می فرماید:

«و یعزر من وطی بهیمه او استمنی بیده و... کل ذلک بدلیل اجماع الطائفه (۳)؛ و کسی که با

حیوانی آمیزش کند یا مرتکب استمناء گردد تعزیر می شود... همه ی این مطالب به اجماع فقهای شیعه ثابت شده است».

خلاصه این که علمای ما (۴) خودارضایی را حرام

دانسته و معتقدند مجازاتش تعزیر است. و هر چند در مورد تعزیر در استمناء اجماعی - به غیر از آنچه که از کلام ابن زهره استفاده می شود - وجود ندارد، اما کسانی که متعرض آن شده، آن را ارسال مسلم کرده اند.

---

۱- .کشف اللثام، ج ۲، ص ۴۱۱، ترجمه ی آن شبیه ترجمه کلام صاحبجواهر است.

۲- .شرح لمعه، ج ۲، ص ۳۶۷.

۳- .الجوامع الفقهیه، ص ۵۶۳.

۴- .طبق آنچه که از المجموع، ج ۲۱، ص ۳۲۶ استفاده می شود نظر علمای اهل سنت نیز همین است، بلکه در کتاب الموسوعه الفقهیهالکویتیه، ج ۴، ص ۱۰۲ نسبت به این مسأله ادعای اجماع شده است.

اینک باید به سراغ ادله ی وجوب تعزیر برویم.

### ادله ی تعزیر استمناء کننده

دو دلیل برای وجوب تعزیر مبتلایان به خودارضایی ذکر شده است :

دلیل اول : استمناء از گناهان کبیره است، و هر گناه کبیره ای تعزیر دارد، پس استمناء هم تعزیر دارد. جمله ی اول را «صغری» و جمله ی دوم را «کبری» و جمله ی سوم را «نتیجه» می گویند.

اما این که استمناء جزء گناهان کبیره است، برخی از روایاتی که در بخش اول گذشت دلالت بر این مطلب دارد. تعبیر به «هی من الفواحش» در مرسله علابن رزین (۱) و عبارت «ذنب عظیم» در

روایت احمدبن عیسی (۲) و قرار دادن آن در ردیف

لواط در حدیث ابوبصیر (۳) و حکم به اجرای شلاق

در روایت مربوط به تضييع نطفه (۴) همه این ها

دلالت می کند که استمناء از کبایر است. بنابراین «صغری» ثابت شد.

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۸، ح ۵.

۲- . وسایل الشیعه، ج ۱۸، ابواب نکاح البهائم، باب ۳، ح ۴.

۳- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۸، ح ۴ و ۷.

۴- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۸، ح ۴ و ۷.

و اما این که هر گناه کبیره ای تعزیر دارد، فقها این مطلب را در کتاب حدود پذیرفته و قبول کرده اند و اینجا جای بحث از آن نیست، پس تعزیر برای استمنا، نتیجه ی صحیحی است.

سؤال: با توجه به این که گناهان کبیره ای همچون دروغ و غیبت و رشوه خواری و کم فروشی و تقلب کردن کم نیست مرتکبان آن را شلاق نمی زنند؟

جواب: تعزیر فقط شلاق زدن نیست، بلکه به معنای مطلق منع و بازداشتن از کاری است. و مراتبی دارد که در کتاب گستره ی تعزیر به طور مشروح بحث کرده ایم.

به تعبیر دیگر، تعزیر مرتبه ای از مراتب نهی از منکر است که تنها بر عهده ی حکومت اسلامی است برخلاف مرحله زبانی آن که وظیفه ی همه ی مردم است.

خلاصه این که: با توجه به این که استمنا از گناهان کبیره است، مجازات آن تعزیر می باشد.

دلیل دوم: دلیل دیگر بر این که مجازات خودارضایی تعزیر است، دو روایتی است که از حضرت علی علیه السلام به دست ما رسیده و در مباحث قبل نیز به آن استناد شد. توجه بفرمایید:



۱. امام صادق علیه السلام فرمود :

«شخصی که خودارضایی کرده بود را (به منظور مجازات) خدمت حضرت علی علیه السلام آوردند. حضرت به قدری تازیانه بر دستش زد که سرخ شد» (۱).

این روایت هر چند تصریح به انزال نکرده، ولی منصرف به صورتی است که استمناء منتهی به انزال شود، یا لااقل صورت انزال قدر متیقن آن است. بنابراین، نمی توان با تمسک به اطلاق روایت حکم به جریان تعزیر حتی در صورت عدم انزال کرد.

۲. امام باقر علیه السلام فرمود :

«شخصی که با آلت خود آنقدر بازی کرده بود که منتهی به انزال شده بود را خدمت امام علی علیه السلام آوردند. آن حضرت به قدری روی دستش زد که سرخ شد» (۲).

در این روایت تصریح به انزال شده و قرینه خوبی است که روایت قبلی هم مقید به انزال گردد.

نتیجه این که مجازات استمناء تعزیر است و مقدار آن بستگی به نظر حاکم شرع دارد.

نکته: این که در بحث تعزیرات گفته می شود :

---

۱- . وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب النکاح المحرم، باب ۲۸، ح ۳.

۲- . وسایل الشیعه، ج ۱۸، ابواب نکاح البهائم، باب ۳، ح ۲.

«تعزیر مقدار خاصّی ندارد، بلکه مقدار آن بستگی به نظر حاکم شرع دارد» معنای آن این نیست که حاکم شرع به هر شکلی که تمایل داشت مجرم را تعزیر کند، بلکه باید شرایط مختلف را در نظر بگیرد و طبق آن شرایط، مقدار آن را تعیین کند.

مثل این که مجرم پیر است یا جوان، مجرّد است یا متأهل، سابقه دار است یا نه؟ نادم و پشیمان است یا نه، و دیگر شرایطی که جرم را سنگین یا سبک می کند در نظر بگیرد، و بر اساس آن مقدار تعزیر را تعیین کند. چون مجرمین شرایط متفاوتی دارند.

فصل پنجم: طرق پیشگیری و راه حل ها

اشاره

اسلام تنها به قرار دادن مجازات‌ها برای گناهان و جرائم قناعت نکرده، بلکه هم طرق پیشگیری از آن را بیان نموده، تا علاقمندان به آلوده نشدن به گناه با استفاده از آن طرق خود را از آلودگی حفظ کنند. و هم روش‌های ترک گناه و جرم را متذکر شده، تا آلودگان نادم و پشیمان بتوانند با بهره‌گیری از آن روش‌ها خود را از غرقاب گناه نجات دهند. دو روایتی که در فصل اول و چهارم از حضرت علی علیه السلام خواندیم، که آن حضرت پس از مجازات فرد مبتلی به استمناء مقدمات ازدواجش را از بودجه‌ی بیت‌المال فراهم کرد، اشاره‌ی پرمعنایی به چگونگی درمان آلودگان به این گناه دارد.

### **پیشگیری مقدم بر درمان است**

در علم پزشکی دو نوع طبابت وجود دارد: طب پیشگیری و طب درمان.

طب پیشگیری کم هزینه تر؛ مؤثرتر و کم خطرتر است؛ برخلاف طب درمان که هزینه ها و خطراتش بیشتر و اثرات و نتایجش کمتر است. علاوه بر این، طب درمانی همواره عوارض دارد. هر روش درمانی را که تصور کنید دارای عوارضی است، ولی طبیب و بیمار از روی ناچاری و براساس قاعده ی اهم و مهم آنچه را کم خطرتر است انتخاب می کنند. این مطلب اختصاص به پزشکی ندارد، بلکه در مباحث اقتصادی و سیاسی و مانند آن نیز صادق است. در همه این ها، پیشگیری مؤثرتر و کم هزینه تر از درمان است. با توجه به این مقدمه به سراغ راه های پیشگیری از این گناه بزرگ می رویم، تا جوانان عزیز با مطالعه و به کار بستن این دستورات، خود را از ابتلای به آن حفظ کنند.

## راه حلّ اول: ازدواج

### اشاره

راه حلّهای مختلفی برای پیشگیری از خودارضایی و همچنین درمان آن وجود دارد (۱) که

به ده مورد آن در کتاب مشکلات جنسی جوانان اشاره کرده ایم. مهمترین آنها ازدواج است؛ که

---

۱- شرح بیشتر را در کتاب دنیای نوجوان، ص ۱۸۲ به بعد و کتاب خانواده و مسایل جنسی کودکان، ص ۱۴۳ به بعد مطالعه فرمایید.

جنبه ی پیشگیری دارد و هم درمان محسوب می شود. روایات فراوان (۱) و تأکیدات اکید اسلام که

مسلمانان را تشویق و ترغیب به ازدواج، مخصوصاً در سنّ جوانی (۲)، می کند و در صورتی که خوف

وقوع در گناه برود آن را واجب شمرده، به منظور پیشگیری از انجام معصیت و گناه است. و آنچه در دو روایت منقول از امام علی علیه السلام خواندیم به قصد درمان بود.

### معضلات ازدواج در عصر و زمان ما

متأسفانه امروزه ازدواج تبدیل به یک معضل اجتماعی گشته و به همان مقیاس که ازدواج ها ترک شده یا دیرتر صورت می گیرد، آمار گناهان بالاتر رفته است. عمدتاً چهار مشکل مسأله ی ازدواج را در عصر و زمان ما تهدید می کند:

۱. طولانی شدن سنّ ازدواج؛ سنّ ازدواج در این دوران به خاطر تحصیلات و سپس یافتن شغل و کار مناسب بالا رفته است. در گذشته جوانان در ابتدای جوانی، یعنی ۱۷ یا ۱۸ سالگی، ازدواج می کردند، اما اکنون در اواخر جوانی، یعنی حدود

۱- وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب مقدمات النکاح، باب ۱ و ۲.

۲- وسایل الشیعه، ج ۱۴، ابواب مقدمات النکاح، باب ۲۳.

سی سالگی و گاه بیشتر، ازدواج می کنند و اوج شهوت جنسی را در حال تجرد سپری می کنند و طبعاً جمعی از آنها تاب مقاومت در برابر این فشار شدید، مخصوصاً با توجه به عوامل تحریک فراوانی که در زمان ما وجود دارد، را ندارند و به انحراف کشیده می شوند. خلاصه این که یکی از معضلات ازدواج، طولانی شدن سن ازدواج است.

۲. بالا رفتن توقعات؛ متأسفانه سطح توقعات هم در دختران و هم در پسران بالا رفته است. منزل مسکونی مستقل، اتومبیل گران قیمت، کسب و کار پر درآمد، پدر زن و پدر شوهر پولدار، زوجه ی خیاط و آشپز و آشنای به زبان های خارجی و مسلط بر کامپیوتر و مانند آن، از جمله این توقعات است که مانع ازدواج در زمان مناسب می شود.

۳. افزایش تشریفات؛ معضل دیگری که سر راه ازدواج جوانان وجود دارد تشریفات غیر ضروری است، که چشم و هم چشمی ها به زیاد شدن آن دامن زده است. مهریه های سنگین و بعضاً نامعقول، جهیزیه های تشریفاتی و گسترده، که گاه زوجین فرصت استفاده از بعضی اقلام آن را تا سالها به دست نمی آورند، خریدهای آنچنانی قبل از عقد، و مجالس سنگین عقد و عروسی، بخشی از این تشریفات است.

۴. کثرت سوءظن؛ با توجه به این که متأسفانه ارتباط های نامشروع زیاد شده، دختران و پسران و زنان و مردان به یکدیگر سوءظن دارند و نمی توانند براحتی به یکدیگر اطمینان پیدا کنند. حال اگر به دختران اجازه داده شود بدون اذن پدر ازدواج موقت نمایند و دختری مثلاً با چند نفر صیغه موقت بخواند و سپس پسری به خواستگاری او بیاید و بخواهد با وی ازدواج دائم کند، از خود می پرسد: آیا این خانم با شوهر سابق ارتباط دارد یا نه؟ و این سوءظن مانع ازدواج می شود. باید مردم را به ساده زیستی دعوت کرد و این پیرایه ها را از این حکم الهی مطابق با فطرت زدود، تا جوانان بتوانند براحتی ازدواج کنند و از گناه و معصیت در امان بمانند.

### راه حل دوم: پرهیز از عوامل تحریک

دومین راه مبارزه با استمناء و پیشگیری از خودارضایی و همچنین درمان آن، پرهیز از عوامل تحریک است. تماشای فیلم های آنچنانی، استفاده از برنامه های ماهواره ها، اینترنت، برخی روزنامه ها و مجلات و کتاب های گمراه کننده، چشم چرانی و



استفاده از لباس های تنگ و چسبان، و حتی غذاهای تحریک کننده، هر کدام به نوعی انسان را به سوی گناه و معصیت سوق می دهد. اگر جوانی خود را در برابر این عوامل کنترل کند بی شک مبتلی به خودارضایی نمی گردد. اما کسی که در برابر تمام یا برخی از عوامل فوق بی پرواست و براحتی آلوده ی آن می شود، طبیعی است که مبتلی به استمناء گردد. مگر می شود یک انسان در محیط و باخیز زندگی کند و آب و غذای آلوده به میکروب مصرف نماید و سالم بماند؟! خلاصه این که دومین راه حل، پرهیز از عوامل تحریک است.

### راه حل سوم: اجتناب از دوستان ناباب

یکی دیگر از عوامل آلودگی جوانان، همنشینی با دوستان ناباب و آلوده است. جوانی که با یک انسان معتاد به مواد مخدر دوست می شود و به همراه او به مجالس استعمال مواد مخدر می رود، به تدریج آلوده ی به آن می شود. اگر با شخصی طرح رفاقت بریزد که مبتلی به استمناء و خودارضایی است، طبعاً او هم مبتلی به این گناه و معصیت می گردد. همان گونه که همنشینی با

برخی از بیماران، باعث سرایت بیماری او به انسان می شود.

### راه حل چهارم: اشتغال

جوانان باید برای تمام ساعات شبانه روز خود برنامه داشته باشند، به گونه ای که تمام اوقات آنها پر باشد و بیکار نمانند. چرا که بیکاری منشأ بسیاری از مفاسد اخلاقی از جمله خودارضایی است. مخصوصاً اگر بیکاری همراه با تنهایی باشد، که اثر تخریبی آن بیشتر خواهد بود. و لذا به همه مبتلایان به خودارضایی توصیه می کنیم که تنها و بیکار نمانند و تمام اوقات خود را پر کنند. مخصوصاً از ورزش غافل نشوند که تأثیر مهمی در جلوگیری و همچنین ترک استمناء دارد. چون هیجانان جنسی را می کاهد و سرگرمی سالمی نیز محسوب می شود.

### راه حل پنجم: مطالعه ی مداوم آثار سوء استمناء

مبتلایان به این بیماری باید پیامدهای سوء و عوارض نامطلوب و ضررهای فراوان خودارضایی

را مطالعه کنند و این کار را تکرار نمایند تا این امور به حافظه آنها سپرده شود، تا هر زمان هوای نفس و شیطان آنان را دعوت به این کار کرد، با یادآوری آن آثار مخرب، بتوانند خود را کنترل نمایند.

### راه حل ششم: تقویت پایه های ایمان

هرچه ایمان انسان محکم تر گردد آلودگی وی به گناه و معصیت کمتر می شود، تا آنجا که اگر ایمان قوی و مستحکمی پیدا کند، در قلب جمعیت گناهکار زندگی می کند اما آلوده نمی شود.

راه تقویت پایه های ایمان، مطالعه ی کتاب های دینی، تفکر و اندیشه در اسرار جهان هستی، شرکت در مجالس دینی و مانند آن است. نتیجه این که: با تقویت پایه های ایمان، اشتغال، اجتناب از دوستان ناباب، پرهیز از عوامل تحریک، مطالعه ی مداوم آثار سوء خودارضایی و ازدواج هم می توان از آلودگی های جنسی مخصوصاً استمناء پیشگیری کرد و هم می توان آن را درمان نمود. به امید رهایی همه ی مبتلایان به خودارضایی و زندگی پاک و عاری از گناه و معصیت.



ص: ۶۹

خاتمه

اشاره

در پایان این مبحث، توجه شما عزیزان را به یک مقاله علمی آموزنده درباره خودارضایی، که از پایگاه اطلاع رسانی شفا گرفته شده، جلب می کنم :

### **نیروی جنسی و بلوغ**

فروید، پدر علم روانکاوی، بر این باور است که برقراری رابطه ی جنسی در انسان از دو خواستگاه متفاوت نشأت می گیرد. رویکرد اولیّه، غریزی یا فیزیولوژیک است و دیگری پی آمد ماهیّت نفسانی عاطفی انسان هاست. با در نظر گرفتن دیدگاه فیزیولوژیک، رابطه ی جنسی در نتیجه ی رشد ویژگی های ابتدایی جنسی در افراد ایجاد می شود. به عبارت دیگر انسان ها زمانی که از نظر جسمی به رشد کافی می رسند، آمادگی برقراری ارتباط جنسی پیدا می کنند.

(این دوران که بلوغ نام دارد، در خانم‌ها در سن ۱۸ سالگی و در آقایان در سن ۲۱ سالگی به آخرین مرحله‌ی خود می‌رسد.) در طول ۷ سال ابتدایی زندگی، نیروی جنسی در یک پسر بچه در تمام قسمت‌های بدن او توزیع می‌شود. از ۷ تا ۱۴ سالگی، نیروی جنسی به اعضای جنسی منتقل می‌گردد. در این زمان، تفاوت‌های ظاهری میان جنس مذکر و مؤنث پدید می‌آید. در مردان استخوان‌ها قدری درشت‌تر شده و بدن عضلانی‌تر می‌شود، و به تدریج تن صدای آنها تغییر پیدا می‌کند.

البته باید توجه داشت که این تغییرات با گذر زمان تکمیل می‌شود. شروع این تغییرات حاکی از ابتدای سن بلوغ است. پس از آن منی و به مثابه‌ی آن اسپرم تولید می‌شود، ولی اسپرم‌ها در این زمان به بلوغ کامل نرسیده‌اند. بر اساس پژوهش‌های پزشکی، محققین بر این باورند که اسپرم‌ها در سن ۱۸ سالگی شروع به بالغ شدن کرده، و در سن ۲۱ سالگی مرحله‌ی بلوغ آنها تکامل پیدا می‌کند. در این زمان رشد بیضه‌ها و غدد مترشحه‌ی داخلی بدن نیز به آخرین حد خود می‌رسد.

### ارتباط میان غده جنسی و غده درون ریز در ارگانسیم

در بدن انسان ۷ غده مترشحده داخلی وجود دارد. هر یک از این غدد هورمون های متفاوتی ترشح می کنند، که پیام های مختلفی به اعضای دیگر منتقل می سازند. این غدد مسئول تنظیم و تعدیل عملکردهای مختلف بدن از جمله رشد، فشار خون، دمای بدن، میزان کلسیم، شکر، فسفر، و از همه مهمتر عملکرد جنسی افراد است. زمانی که هر یک از این غدد به نحوی قادر بر نشان دادن واکنش درست از خود نباشد، بدن ممکن است با انواع و اقسام مختلف اختلالات مواجه شود. به همین دلیل برخی از افرادی که در غدد خود با اختلال روبرو می شوند، باید با استفاده از هورمون های مصنوعی نیازهای بدن خود را مرتفع سازند.

مهمترین غده ی درون ریز، غده ی هیپوفیز نام دارد. این غده ی توانایی آن را دارد که به کل غدد درون ریز شدت یا کسرت عمل وارد کند. غده ی هیپوفیز از جمله مهمترین غده های جنسی نیز محسوب می شود. غده ی معروف هیپوفیز که محور اصلی کنترل فعالیت های بیضه ای -



تخم‌دانی است، کنترل کلیه ی تنظیمات جنسی در بدن خانم‌ها و آقایان را برعهده دارد.

در مردان این غده فعالیت‌های جنسی خود را از زمان بلوغ - یعنی درست هنگامی که هورمون‌هایی را به منظور تحریک اعضای جنسی به خون می‌فرستد - کار خود را شروع می‌کند.

در خانم‌ها هم غده ی هیپوفیز در دوران بلوغ با ایجاد هورمون‌هایی که سبب تخمک‌گذاری در تخمدان‌ها می‌شود، کار خود را شروع می‌کند. هر یک از تخمک‌ها حاوی هورمون‌های جنسی زنانه است که سبب ایجاد و گسترش خصوصیات زنانه در بانوان می‌شود.

### منبع تولید نیروی جنسی

همه ی انسان‌ها در طول زندگی خود دائماً در حال انتقال و تغییر شکل انرژی هستند. همه چیز در زندگی انسان‌ها شروع و پایانی دارد و رابطه ی جنسی نیز از این امر مستثنی نخواهد بود.

اندام‌های جنسی، انرژی را تولید می‌کنند که باعث ایجاد تمایلات و گرایش‌های جنسی در افراد می‌شود؛ اما به منظور تولید یک چنین انرژی، اندام‌های جنسی باید از منبع ذهنی تغذیه شود.

افکار و تصوّرات جنسی به عنوان موادّ اوّلیّه ی تولید اسپرم و انرژی جنسی محسوب می شود.

زندگی یک انسان از تلفیق یک اسپرم با تخمک شکل می گیرد. تنها یک اسپرمتوزوئید (نطفه) این توانایی را دارد که یک انسان جدید خلق نماید. گفته می شود که در هر بار انزال، مردها چیزی در حدود میلیون ها اسپرم از دست می دهند!!!

زمانی که کشاورز تصمیم می گیرد در یک زمین کشاورزی دانه بکارد، بهترین انواع دانه ها را انتخاب می کند، زمین را به خوبی شخم می زند، و دو تا سه دانه می کارد (نه میلیونها) و زمانی که این دانه ها بزرگ شده و رشد کردند، از آنها استفاده کرده میوه هایشان را می خورد و زندگی می کند. به عنوان مثال یک درخت لیمو را در نظر بگیرید. این درخت زمانی به مرحله ی تکامل خود می رسد که بتواند میوه های رسیده ی لیمو پرورش دهد. اما اگر کسی به این امر توجه نداشته باشد و میوه ها را پیش از رسیده شدن کامل از درخت بچیند، با این کار خود به درخت صدمه وارد کرده و اجازه نمی دهد که درخت به رشد و تکامل نهایی خود برسد.

این امر در مورد ارتباط جنسی نیز صدق می کند.

اگر فرد پیش از رسیدن به بلوغ کامل بخواهد از انرژی جنسی خود استفاده کند، به بدن خود صدمات جبران ناپذیری وارد می کند. که در ادامه بحث نگاه کوتاهی به این مشکلات خواهیم داشت.

### **بهره گیری از نیروی جنسی در ورزش**

اخیراً محققان از وجود نیروی جنسی باخبر شده اند و سعی می کنند تا از این نیرو بهره گرفته و آن را برای موارد دیگری ذخیره کرده و به کار گیرند.

در ورزش مشت زنی، هر مربی کارآمدی در حین دوره ی آمادگی، بوکسور خود را برای ۹۰ روز از برقراری ارتباط جنسی منع می کند تا هم انرژی او بیشتر شود و هم بتواند مشت های محکمتری به حریف وارد کند.

در تیم های فوتبال نیز بازیکنان از ۳ روز قبل از انجام بازی به حومه شهر انتقال داده می شوند تا انرژی آنها بر اثر برقراری رابطه ی جنسی تحلیل نرود.

در مسابقات قهرمانی جهان در سال ۱۹۸۶ میلادی، تیم ملی کشور آرژانتین از همه تیم ها مدت زمان بیشتری را در اردوی آمادگی به

سر برد و به همین جهت بدون شکست از مسابقات بیرون آمد!

یک گزارش علمی اثبات می کند که : تستوسترون نقش مهمی در شکل دهی رفتار افراد بازی می کند. این هورمون به عنوان نوعی محرک شناخته می شود که در کلیه ی حالات فردی، از جمله عصبانیت و پرخاشگری نیز تاثیر گذار است. بنابر گزارش فوق در یک بازی فوتبال براحتی می توان تشخیص داد کدام یک از تیمها برنده خواهند شد: تیمی که در رگ های خونی بازیکنانش میزان تستوسترون بیشتری موجود باشد.

در ناسا، که معتبرترین مرکز پژوهش های علمی جهان به شمار می رود، فعالیت های جنسی کلیه ی دانشمندانی که در آنجا مشغول به فعالیت هستند، تحت کنترل است، تا پژوهشگران همیشه بتوانند در بهترین وضعیت ممکن ذهنی و جسمی قرار داشته باشند.

### نیروی جنسی و طول عمر

در گذشته مردهای یونان باستان تا سن ۱۴۰ سالگی عمر می کردند. تا چندی پیش هم سن

مردم به راحتی به ۹۰ سال می‌رسید. امّا این روزها به دلیل بروز پاره‌ای از مشکلات نظیر خودارضایی، آزار و اذیت‌های جنسی، غذاهای صنعتی، استفاده از هورمون‌های مصنوعی (که مصارف مختلفی نظیر: چاق کردن و بزرگ کردن زودرس جوجه‌ها و احشام دارند) فرایند سالخوردگی از سنین پایینی تقریباً ۳۵ سالگی شروع می‌شود!

### نیروی جنسی و عقل

در کلّ دنیا افراد انگشت‌شماری هستند که از نظر اقتصادی کنترل همه افراد را به دست گرفته‌اند. این افراد از قدرت رابطه‌ی جنسی نیز به خوبی اطلاع دارند؛ به همین دلیل کلیه‌ی امکانات موجود را فراهم می‌آورند تا ذهن انسان‌های دیگر را تنها به این امر متمرکز کرده، عقل را از سر آنها بپراندند و کاری کنند تا مطابق میل آنها عمل کنند. آنها به خوبی می‌دانند که انسان‌های کم‌عقل، سرشار از شهوت هستند، بر روی امیال جنسی خود هیچ‌گونه کنترلی نداشته و براحتی می‌توان آنها را مطیع خود ساخت.

## خودارضایی و تخلیه ی نیروی جنسی

تئوری های پوچ مدرن، در مورد ارتباط جنسی نوگرایانی که بر روی ارتباط جنسی تحقیق و بررسی می کنند، به سادگی به خود اجازه می دهند که قدرت و حق انتخاب جوانان را از بین ببرند. برخی از آنها مواردی نظیر خود ارضایی را به جوانان پیشنهاد می کنند.

کینسی و مسترجانسون که به عنوان پایه گذاران مطالعات جنسی نوین شناخته می شوند، بر این عقیده اند که یک جوان می تواند چندین مرتبه در طول روز خود ارضایی کند؛ چراکه علم پزشکی هیچ گونه تاثیر جانبی خطرناکی را پیدا نکرده که مربوط به خودارضایی باشد.

آنها بر این باورند که اهمیت خودارضایی به ویژه در زمان بلوغ، که خصوصیات زنانه و مردانه در افراد بروز می کند، از اهمیت بیشتری برخوردار می شود و به همان اندازه که در مردها اهمیت دارد برای خانم ها نیز مهم است.

این افراد حتی معتقدند زن و مرد می توانند در طول زمان قاعدگی، با هم ارتباط جنسی داشته باشند!

اما پژوهش های علمی اثبات کرده که برقراری

رابطه ی جنسی در زمان قاعدگی خطرناک و در عین حال زیان آور است؛ چرا که در این زمان موادّ مرده و فاسد از بدن زن خارج می شود که اگر آلت تناسلی مرد با این مواد تماس پیدا کند آنها را جذب کرده، خواصّ آن از طریق خون به سلول های عصبی مغز انتقال پیدا می کند و بر روی قدرت جنسی مرد تاثیر نامطلوبی می گذارد.

### رابطه ی جنسی غیر متعارف

تعداد دیگری از این محققان معتقدند که برقراری ارتباط جنسی از راه مقعد بلامانع بوده و می تواند بر طبق توافق طرفین انجام پذیرد. در مقابل این ادعا باید اظهار داشت که هر یک از ارگان های بدن برای انجام دادن کار خاصّی ایجاد شده، و عملکرد مقعد نیز تخلیه ی مدفوع است. افرادی که این کار را انجام می دهند به عضلات همکش و تنگ کننده ی باسن (Sphincters) خود آسیب وارد کرده و سبب بروز بواسیر و سایر عفونت های شدید روده و اثنی عشر می شوند. شایان ذکر است که برقراری چنین روابطی به عنوان عمده ترین عامل انتقال بیماری های جنسی از جمله ایدز در میان مردهای هم جنس باز تلقّی می شود.

## آیا خودارضایی عوارضی دارد؟

مثالی که بیشتر در مورد زمین کشاورزی، درخت لیمو، و رسیدن دانه های لیمو برایتان بازگو کردیم را یک بار دیگر در ذهن خود مجسم کنید. ما در آن قسمت عنوان کردیم که اگر اولین برداشت پیش از رسیدن کامل میوه ها باشد، و کشاورز میوه های نارس را از درخت بچیند، عمر درخت کم شده، و توانایی باروری آن نیز به شدت کاهش پیدا می کند. این امر در مورد حیوانات نیز صدق می کند به همین دلیل است که دامپزشکان اهمیت بسیار زیادی برای این امر قائل هستند. باید بدانید که مطلب فوق در مورد انسان ها نیز صادق است. اگر آقایان شروع به برقراری روابط زیاد جنسی با افراد مختلف کنند یا پیش از رسیدن به سن ۲۱ سالگی (یعنی زمانی که اسپرم ها به بلوغ کامل نرسیده اند) خود ارضایی را تجربه کرده باشند، این امر زیانهای جبران ناپذیری به قوای جنسی شان وارد کرده، و بعدها عواقبی را در زندگی جنسی شان به وجود خواهد آورد.

## خودارضایی و فرایند سالخوردگی

زمانی که مرکز فعالیت های جنسی به دلیل وجود مزاحمت هایی نظیر خود ارضایی یا آزار و



اذیت های جنسی نتواند به درستی رشد پیدا کند، اندوخته ی قوای جنسی از سنّ ۳۵ سالگی به بعد رو به تحلیل می رود و این مورد نه تنها تأثیر نامطلوبی بر روی دستگاه تناسلی می گذارد، بلکه عملکرد کلیه ی سیستم های بدن را نیز تحت الشعاع قرار می دهد: دستگاه هاضمه، گردش خون، عملکرد غدد مترشّحه، سیستم عصبی و مانند آن. و لذا این افراد به سرعت از سنّ ۳۵ سالگی به بعد، شاهد فرایند سالخورده شدن خواهند بود.

بسیار زودتر از حالت طبیعی توانایی هایشان را از دست می دهند و متأسفانه خیلی سریع روانه گورستان خواهند شد. در چنین شرایطی ارگان های جنسیشان نیز دچار اختلالات مختلفی شده و انواع بیماری های گوناگون جنسی به همراه بیماری هایی نظیر اختلال سیستم عصبی و دگرگونی سیستم سمپاتیک و پاراسمپاتیک و غدد درون ریز نیز به سراغشان می آید.

از سوی دیگر نباید از این امر غافل شد که ملاتونین، هورمون بی چون و چرای جوانی است. فرایند سالخوردگی مستقیماً به ترشّح این هورمون در بدن بستگی دارد. این هورمون در زمان جوانی به وفور در بدن ترشّح می شود و از سنّ ۲۵ سالگی

به بعد ترشح آن در بدن کاهش پیدا می کند.

خود ارضایی، به ویژه در زمان جوانی، باعث از دست رفتن میزان بسیار زیادی ملاتونین در بدن می شود. این امر، غده ی کاجی شکلی که در بدن ملاتونین ترشح می کند را ضعیف کرده، خاصیت مغناطیسی موجود در این غده را کاهش می دهد و بطور کلی سبب کاهش طول عمر آن می گردد.

### آثار خودارضایی بر مغز انسان

دمای خارجی بدن انسان ۹۸ درجه فارنهایت و دمای درونی آن ۱۰۰ درجه فارنهایت است. این دما در زمان خود ارضایی افزایش پیدا می کند. زمانی که انزال به واسطه ی خود ارضایی پدید می آید، حرکات کرم وار جذب در کیسه ی منی ایجاد می شوند، امّا به دلیل خود ارضایی، کیسه ی حاوی منی خیلی زودتر از زمان مقرر تخلیه گردیده است. فرایند طبیعی بدین گونه است که کیسه های منی سعی می کنند تا خود را پر کنند، امّا از آنجایی که منی خیلی زودتر از بدن خارج شده، چیزی جز هوای مرطوب از طریق آلت تناسلی مرد جذب نخواهد شد.

این هوا بعد آ از طریق کیسه ی منی به سیستم

لنفاوی انتقال داده می شود، سپس به مغز انتقال پیدا کرده و باعث ایجاد شوک دمایی شده و فضای سردی را میان ماده ی مغزی و سلول ها ایجاد می کند و این امر واکنش نرمال ماده ی مغزی، سیستم عصبی و جسمانی را مختل می سازد. کیسه ی منی می بایست به جای جذب هوا، اسپرم جذب کند، اما این امر مقدور نخواهد بود چراکه اسپرم ها قبلا آزاد شده اند. علاوه بر این جذب هوا، از جذب مایع خیلی ساده تر است.

ساموئل اون ویر، فیلسوف، انسان شناس، و محقق امور جنسی و روانشناس بخش مطالعات جنسی، در کتاب خود با عنوان «یادگیری علوم فردی» در مورد این هوای سرد جذب شده تصریح می کند که: در خصوص افرادی که با خود استمناء می کنند، براحتی می توان گفت که چه ایرادی می تواند بوجود آید. زمانی که آنها خود ارضایی می کنند، در حال ارتکاب جرم در برابر طبیعت هستند. وقتی انزال به واسطه ی خودارضایی پدید می آید، حرکات کرم وار جذب ایجاد می شوند که این حرکات برای هر مردی کاملاً قابل درک و تشخیص است و به واسطه ی تاثیر خالی بودن کیسه های منی، این کیسه ها

سعی می کنند تا خود را پر کنند و به همین دلیل هوای مرطوب از طریق آلت تناسلی مرد با همان حرکات کرمی شکل، جذب می شود.

سپس این سیگنال ها به مغز فرستاده می شوند، به همین دلیل مایع مغزی زیادی در این میان از بین می رود، و در نتیجه فرد از نظر ذهنی خسته می شود. بد نیست بدانید که تعداد بیشماری از مردها به دلیل عمل منفور خودارضایی دیوانه شده اند. مغزی که پر از هوا شود دیگر توانایی تفکر ندارد و قابلیت های ذهنی خود را به طور ۱۰۰٪ از دست خواهد داد. به همین دلیل ما هم این عمل نادرست را ۱۰۰٪ محکوم می کنیم.

### ارتباط مغز با منی

افراد باید توجه داشته باشند که ارتباط تنگاتنگی میان منی و مغز وجود دارد. مغز برای منی از اهمیت ویژه ای برخوردار است و منی هم برای مغز مهم است. مغز برای منی انرژی ایجاد کرده و سبب انتقال آن می شود، منی هم ذهن را تصفیه کرده و اگر در جهت درست هدایت شود، توانایی های آن را ارتقا می بخشد. مطالعات فیلسوفانه ای که عمیقاً بر روی عملکرد غده های درون ریز متمرکز

شده اند، بر این باروند که بدن طی فرایند خودانزالی انرژی بی شائبه ای را از دست می دهد. افراد زیادی با چهره های زیبا بوده اند که در اثر انجام این کار زیبایی خود را از دست داده اند! چه بسیار مغزهایی که منحنی و فاسد شده اند! و ... همه و همه ی این وقایع به دلیل آن است که انزال در شرایط و موقعیت و زمان مناسب انجام نپذیرفته است.

آمار و ارقام گویای این مطلب است که این روزها خودارضایی در خانم ها و آقایان جوان بیش از پیش باب شده است. بیمارستان های روانی مملو از زنان و مردانی است که مغزشان به دلیل خودارضایی بیمار گشته است. بیمارستان، مقصد نهایی فردی است که به خودارضایی اعتیاد پیدا می کند.

### خودارضایی و دیوانگی

دکتر اسپایتک امریکایی متخصص ص برجسته کالبد شناسی و رئیس جامعه عصب شناختی نیویورک در کتاب خود با عنوان «انرژی خالق» اظهار می دارد که جنون های متفاوتی به واسطه ی خود ارضایی و آزار و اذیت های جنسی پدید خواهد آمد، چراکه مایع مغزی ابتدا سرشار از لسیتین است

و سپس به واسطه ی انزال غیرمترقبه، از لسیتین خالی می شود. به همین دلیل ارگان ها به جای آن، باید از سایر بافت ها و اعصاب موجود در مغز استفاده کنند.

### خودارضایی و ناتوانی جنسی

خودارضایی که از جمله نقص های فردی به شمار می رود، سبب ایجاد تصوّرات شهوانی در ذهن فرد می شود. در دراز مدّت، فرد عدم تمایل جنسی نسبت به جنس مخالف خود پیدا می کند، از نظر ذهنی خسته می شود، و دچار ناتوانی های جنسی خواهد شد.

### خودارضایی و انزال زودرس

ساموئل اون ویر در بخش نهم کتاب خود با عنوان «ازدواج موفق» این طور می نویسد: تصوّرات جنسی و تخیلات شهوانی سبب ایجاد ضعف جنسی و ذهنی می شود. شاید در نگاه اوّل این گونه افراد نرمال به نظر برسند و مانند افراد عادی تحریک پذیر باشند، اما زمانی که می خواهند با طرف مقابل ارتباط برقرار کرده، و خواسته های او را برآورده سازند، به سرعت ارضا می شوند، آلت

تناسلی به حالت اولیّه باز گشته، و در بدترین حالت ممکن قرار می گیرند، و دچار ناامیدی و افسردگی می شوند. آنها در توهمات جنسی خودشان را غرق کرده اند که این توهمات هیچ ارتباط و یا شباهتی به دنیای واقعی ندارد. به همین دلیل هنگامی که در شرایط طبیعی قرار می گیرند، نمی توانند از خود واکنش مناسب نشان داده و شکست می خورند.

ضعف جنسی - ذهنی ترسناک ترین تراژدی است که می تواند برای هر زن یا مرد با احساس و با منطقی اتفاق بیفتد. زمانی که یک فرد جوان دست به خودارضایی می زند، برای او هیچ اهمیتی ندارد و ترجیح می دهد که هر چه سریعتر خود را تخلیه کند. در علم روانشناسی این امر نهایتاً منجر به بروز عارضه ی انزال زودرس در فرد می شود. علاوه بر این، استمنا سبب انبساط عضلات اسفنکتر می شود که این عامل به نوبه ی خود موجبات انزال زودرس را بیش از پیش فراهم خواهد آورد.

### خودارضایی و انزالهای شبانه

با توجه به رویکرد نفسانی - عاطفی رابطه ی جنسی، فروید معتقد است که رابطه ی جنسی

محصول گردهم آبی یک زن و مرد است که یکدیگر را دوست بدانند و مکمل یکدیگر باشند. به همین دلیل فروید خودارضایی را یک نقص فردی نامگذاری می کند (به این دلیل که طرف دوم در این ارتباط وجود ندارد، مگر در خیال). در حین خودارضایی فرد اگر مرد باشد، یک زن را در ذهن خود مجسم می کند و اگر زن باشد یک مرد را، و با او وارد رابطه ی جنسی می شود. در این حال خستگی چند برابر می شود، چرا که فرد هم از نظر جنسی از خود کار می کشد و هم از نظر ذهنی.

تصویر شریک جنسی خیالی، مانند یک لوح در ضمیر ناخودآگاه فرد حک می شود و سبب بروز انزال های شبانه ناخواسته می شود. به این ترتیب که فرد هرچه بیشتر خودارضایی کند، میزان این انزال افزایش می یابد.

### اخلاق جنسی نامشروع

روابط جنسی نامشروع با افراد متعدّد، نه تنها از نظر فیزیکی مضرات بی شماری در بردارد، بلکه می تواند از نظر روحی و ذهنی نیز بر روی افرادی که این کار را انجام می دهند، تأثیرات نامطلوبی بگذارد. افرادی که در مکالمات محرّک جنسی



شرکت می کنند، کسانی که به خواندن مجلات محرک جنسی معتاد هستند، و کسانی که به تماشای فیلم های ضد اخلاقی جنسی گرایش دارند، مبحث ظریف و مطبوع رابطه ی جنسی را به صورت وحشیانه، به دور از انسانیت، و تنها با رضایت ذهنی با نکبت و بدبختی همراه می سازند.

انسان ها باید یادگیرند که چگونه می توانند هوشمندانه زندگی کنند.

### خودارضایی و مواد مورد نیاز بدن

اسپرم ها حاوی رمز ژنتیکی DNA اسید دی اکسی ریبونوکلیئیک (RNA, Deoxyribonucleic Acid) یا اسید ریبونوکلوئیک (Ribonucleic Acid) آنزیم ها، کلسیم، فسفر، نمک های بیولوژیک، و تستوسترون می باشند. زمانی که استمناء صورت می پذیرد، کلیه ی این اجزای حیاتی از بدن فرد بیرون کشیده می شود. و اگر فرد در دوران بلوغ قرار داشته باشد، امکان رشد کافی را پیدا نمی کند و نیرویی که در این مواد وجود دارد، جذب نشده و از بدن او خارج می شود. از آنجایی که میزان زیادی کلسیم به همراه منی از بدن خارج می شود، فرد احساس خستگی شدید در استخوان ها می کند و ممکن است دچار کوفتگی پا شود.

لازم به ذکر است استخوان های تنومند نشان دهنده ی میزان قدرت فرد هستند. همانطور که می دانید گلبول های قرمز خونی و پلاکت ها در مغز استخوان تولید می شود. فرد جوانی که خودارضایی می کند، اجازه نمی دهد مایع مغز استخوان به خوبی شکل بگیرد و باید تا آخر عمر خود شاهد عواقب آن باشد. زمانی که فسفر بیش از حد طبیعی به واسطه ی خودارضایی از بدن خارج می شود، مشکلات عصبی از قبیل رعشه برای فرد ایجاد می شود. در زمان خود ارضایی لسیتین نیز از بدن خارج می شود که این امر سبب فرسودگی سیستم عصبی می شود و به مرور زمان موجبات بیحالی، ضعف اعصاب و نهایتاً مرگ تدریجی سلول های عصبی را فراهم خواهد آورد.

در هر بار انزال، مردها چیزی در حدود ۳۰۰ تا ۴۰۰ میلیون اسپرم به همراه مقادیر زیادی انرژی از دست می دهند. واقعاً چه می شد اگر انسان می دانست چگونه می تواند این انرژی را به جای خارج کردن از بدن، در بدن خود ذخیره نماید؟!

که در نتیجه حتماً انسانی شبیه به سوپرمن می شد!

### خودارضایی و ضعف پروستات

پروستات غده ای است که دقیقاً در زیر گردنه ی مثانه قرار گرفته است؛ مایعی به رنگ سفید کدر و لزج ترشح می کند که به عنوان وسیله ای برای انتقال اسپرم ها به شمار می رود. این غده تقریباً در سن ۲۱ سالگی به مرحله ی رشد کامل خود می رسد. زمانی که فرد پیش از رسیدن به بلوغ کامل (در مردان سن ۲۱ سالگی) دست به خود ارضایی می زند، پروستات دچار ضعف و نقصان می شود و این امر سبب بروز اختلالات مربوط به پروستات در سنین چهل سالگی به بعد می شود. بدین شکل که غده ی پروستات بزرگ شده، راه خروج ادرار را مسدود می کند و فرد برای تخلیه ی ادرار باید بالاجبار از سُنِد پزشکی استفاده کند. این عارضه درست مانند وازکتومی، سبب ایجاد ناتوانی جنسی می شود.

### خودارضایی و فرزند ناسالم

بد نیست بدانید بچه هایی که پدر آنها خودارضایی می کرده، نمی توانند در سلامت کامل روحی و روانی به سر برند. آنها دارای بیماری های گوناگونی هستند؛ چراکه از یک تخم نه چندان سالم بوجود آمده اند.

## خودارضایی و جرم

ساموئل اون ویر در کتاب دیگر خود با عنوان آموزش های بنیادین در بخش نوجوانی چنین نوشته است: جرم های خاموشی وجود دارد و پی آمدهای منفوری در پی آن گریبانگیر افراد می شود. اگر فرد مشکلات جنسی اش را مخفی نگه دارد، مرتکب گناه می شود. اگر در مورد مشکلات خود اطلاعات غلط بدهد نیز مرتکب جرم دیگری شده است. فسادى که به واسطه خود ارضایی ایجاد می شود، قابلیت ها و توانایی های مغزی را به طور کامل از بین می برد.

## خطرات خودارضایی در خانمها

خودارضایی در خانم ها نیز به چشم می خورد و این امر، هم دردناک است و هم زجر آور. برخی از مضرات در خانم ها و آقایان مشابه است: اختلال در رشد سیستم عصبی، مغز، خستگی، از دست دادن انرژی و سرزندگی، کاهش قدرت حافظه و عدم تمایل به جنس مخالف. در خانم ها شاهد ناباروری نیز خواهیم بود.

بدترین پی آمدی که در خانم ها می توان مشاهده کرد رفتارهای متعارض روانی - اجتماعی

است. خانم هایی که مرتکب این امر می شوند به مرور زمان نمی توانند با هیچ مردی ارتباط جنسی برقرار کنند؛ چرا که به تدریج توانایی های اولیه جنسی خود را از دست می دهند. خانمی که خود ارضایی نمی کند، همچنان سرزندگی، زیبایی، برق چشمان، و توانایی جذب بالای خود را حفظ خواهد نمود. خانم ها باید از مشاهده ی تصاویر محرک جنسی خودداری کنند، در مکالمات مبتدل شرکت نکنند، و فقط با افراد شایسته ارتباط دوستی برقرار کنند.

### **چگونه می توان از خودارضایی دست کشید؟**

پیش از هر چیز باید بدانید که افراد زیادی به مراکزی که به این منظور دایر شده، مراجعه کرده و حتی در موارد بسیار حاد و پیشرفته نیز موفق بر جلوگیری از این عمل غیر اخلاقی شده اند. چرا شما یکی از آنها نباشید؟ باید یاد بگیرید که چگونه می توانید جلوی خود ارضایی را با استفاده از تکنیک هایی که در جلسات آموزشی به شما تعلیم داده می شود، بگیرید. در اغلب این جلسات مشاور سعی می کند تا ضمیر ناخود آگاه بیمار را به کار اندازد. در این جلسات به شما آموزش می دهند که

تمایل به خودارضایی به عنوان یک عیبت درونی هست که به ذهن شما حمله ور می شود. شما باید در مقابل آن ایستادگی کرده و اجازه ندهید که به درون ذهنتان نفوذ کند. در ابتدا شاید انجام این کار قدری دشوار باشد و این توانایی را نداشته باشید که فکرتان را بر روی چیز دیگری متمرکز کنید؛ اما با تلاش براحتی می توانید آنرا تحت کنترل خود در آورید. شما براحتی قادر خواهید بود آنرا به طور کامل از زندگی خود حذف کنید. اگر فرد در گذشته دائماً خودارضایی می کرده و سپس این کار را متوقف کند، خودش متوجه تغییرات بوجود آمده در زندگی اش خواهد شد و می تواند مقادیر زیادی انرژی و توانایی های ذهنی اش را ذخیره کرده و بدون احساس هیچ گونه ترس و واهمه ای با حقایق زندگی روبرو شود.

### سایر راههای جلوگیری

عادات سالم را در خود تقویت کنید. از تصاویر محرک جنسی اجتناب کنید. به جوک های مبتذل گوش ندهید. دوستان سالم برای خود انتخاب کنید و از پوشیدن زیر پوش های تنگ و چسبان خودداری نمایید.

از مصرف گوشت گاو، به ویژه در وعده ی غذایی شام خودداری کنید. مصرف یک وعده غذای حیوانی آن هم در ناهار کافی است.

مقالات مختلفی که پیرامون روابط سالم میان زن و مرد وجود دارد را به دقت مطالعه کنید، تا آگاهی های کلی شما ارتقا پیدا کند.

پایان

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند؟

سوره زمر / ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ. ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفاً علمی و به دور از تعصبات و جریانات اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب «مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱. بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)
۲. تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی
۳. جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه، تبلت ها، رایانه ها و ...
۴. سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو
۵. گسترش فرهنگ عمومی مطالعه
۶. زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱. عمل بر مبنای مجوز های قانونی
۲. ارتباط با مراکز هم سو
۳. پرهیز از موازی کاری



۴. صرفا ارائه محتوای علمی

۵. ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱. چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲. برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳. تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴. تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵. ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: [www.ghaemiyeh.com](http://www.ghaemiyeh.com)

۶. تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷. راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸. طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹. برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰. برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

JAVA.۱

ANDROID.۲

EPUB.۳

CHM.۴

PDF.۵

HTML.۶

CHM.۷

GHB.۸

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

ANDROID.۱

IOS.۲

WINDOWS PHONE.۳

WINDOWS.۴

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

در پایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه

بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می  
نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان - خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آواده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی - پلاک ۱۲۹/۳۴ - طبقه  
اول

وب سایت: [www.ghbook.ir](http://www.ghbook.ir)

ایمیل: [Info@ghbook.ir](mailto:Info@ghbook.ir)

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۰۲۱ - ۸۸۳۱۸۷۲۲

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹



مرکز تحقیقات رایانگی

اصفهان

# گامی

WWW



برای داشتن کتابخانه های تخصصی  
دیگر به سایت این مرکز به نشانی

**[www.Ghaemiyeh.com](http://www.Ghaemiyeh.com)**

[www.Ghaemiyeh.net](http://www.Ghaemiyeh.net)

[www.Ghaemiyeh.org](http://www.Ghaemiyeh.org)

[www.Ghaemiyeh.ir](http://www.Ghaemiyeh.ir)

مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.

۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹

